





I

DE

INQV
vet

Te

Opus

A

VEN

HIERONYMI MERCVRIALIS

DE ARTE GYMNASTICA Libri Sex,

IN QVIBVS EXERCITATIONVM OMNIVM vetustarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid denique ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Tertia editione correctiores, & auctiores facti.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoscendarum, & valetudinis conseruandae studiosis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.



VENETIIS, M D LXXXVII.

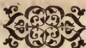
Apud Iuntas.

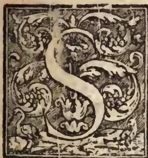


MAXIMILIANO II.

IMPERATORI INVICTISSIMO.

HIERONYMVS MERCVRIALIS
perpetuam Felicitatem D.





I quando mecum diligentius considero, MAXIMILIANE Inuictissime, quot, quantaque Imperatores, summiq. Principes pro hominum salute, & tranquillitate tam bello, quam pace gesserint, in eam facile descendo sententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes fecisse, quod eos dignos existimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea vero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem sibi vindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propositis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, sed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, vt ipsi soli illarum auctores, & instauratores propemodum videantur. Id facile perspicere quiuis potest, qui militaris disciplinae, le-

gum scientiae, ceterarumque, sine quibus vita haec nostra fere vitalis non esset, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria velit repetere: sed ne Imperatori sapientissimo, quae omnibus passim nota sunt, recensendo sim molestus, vnum medicae artis omnium vtilissimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla esset, aut certe eum quem hoc tempore praesefert splendorem, & elegantiam non haberet, nisi Principum benignitas, sine qua omnis plerumque languescit industria, summis viris illius auctoribus affulsisset. Etenim quantum a primis illis temporibus quasi nascenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, posterioribus vero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Constantinus, Justinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta testantur. verumtamen vt alia omittam in praesentia, non exigui momenti putandum id est, quod magnificentissima, atque amplissima Gymnasia exstruxerint, inque ijs artem Gymnasticam instituentes, ipsius magistros ac praefectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi sanitatem conferentibus instruentes ad bene, beateque viuendum viam communirent. Haec enim ars illa est, ob quam olim Persarum reges, Lacedaemonij, Athenienses, Romani ita in bellis gerendis valuerunt, vt saepe non maxima manu incredibiles hostium vi-

res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, vt ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortissimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque caussam id eos fecisse verisimile est, vt ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper vberrime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte vtilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs perijt, atque exstincta prorsus est; vnde fit vt vetus illud militare robur, & veram sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse veteres rationi consentaneum est. Haec autem etsi ita sint, desperandum ta-

men non est, sapientissime Imperator, quin eorum scriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remansit, ab interitu possit vindicari, ac iterum in hominum adspectum, lucemque proferri, si & Principum ad hanc rem propensio adsit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc studium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recusent. Ceterum cur nemo nostris saeculis huiusmodi prouinciam susceperit, sane pronunciare non audeo: id vnum scio, rem sicut maximae vtilitatis, ita immensi esse laboris. Et ego, licet multa essent, quae ab ea deterrere me possent; aliquando tamen sum aggressus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obseruaueram, in vnum veluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me est magna animi contentione, & studio: euentu autem, vt ex multorum testimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me caussa impulit, vt, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRI FARNESII *Card. sapientissimi ac prudentiss. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in vulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum visitationibus implicitus, rursus eos postremis hisce mensibus in manibus sumpserim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex vetustis monumentis iconibus repraesenta-*

tis

tis ita exornauerim, ut non verear quin gratiores multo (quemadmodum solent semper posteriores curae esse meliores) sint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum est, ut, quod antea non sum ausus, illos nunc tuae Maiestati consecrare pro mea erga te obseruantia non dubitauerim. Cum praesertim, si Gymnasticae renascenti ullus est patronus quaerendus, neminem te potiorem esse constet: ut, quemadmodum olim Imperatores eam instituerunt, auxerunt, & illustrarunt, ita tu hoc tempore amissam, quae tua summa auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi voluntas est, in pristinum splendorem, in veterem dignitatem & possis, & velis restituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, *cui post Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maiestatis obseruantissimum, ac indefessum laudum tuarum praedicatorem semper esse sensi, gratissimam rem facturum me existimaui, si hoc opus in ipsius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maiestati ipsius nomine adferrem. Quamobrem oro, ut, qua soles incomparabili animi magnitudine, hoc licet Maiestati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas nostra offerre potest, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me*

ijs,

ijs, qui omni disciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inseruiunt, comparandum non esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus; non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt ardentiora, aut obseruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus videri possim. Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani orbis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Patauij, Kal. Sext. CIƆ IƆ LXXIII.

LAVRENTII GAMBARAE
BRIXIANI CARMEN.

Auxilio ſicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios diſiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad ſuperas ſedes, erebi reuocauit ab vmbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis ſolitum lumen ſumpſerunt membra iuuentae:
Confiſus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farneſij aſpirantis heri collegit in vnum
Gymnada: qua quondam ſe ſe exercere relicto
Carcere maiores, populo ſpectante, ſolebant.
Haec pars ad ludos ſpectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis ſe oſtentat in armis,
Fortis vt euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes ſeruent, morboq. vacantes
Mortales, dum vita manet, docet inſuper haec pars,
Ordine quo poſſint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. ſenectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu diſperſa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc diſtincta labore,
Et multo ſtudio, tamquam noua ſidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.



Matth. Deuarij.

Ὥς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
  σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὣ δέ ποτ' οἰχομένης καλὰ λείψαν ἀμυδρά περ ἔμπνοος.
  τέχνης γυμνασίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεστορίνη Ἱερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
  κὀυ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ.
ὅς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφαίνει,
  ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν ποιέων συνέγειρες
  Παντοίοις ἀπεράδλω ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψυφῶν ἀποισῇ
  Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Lusitani.

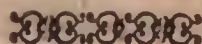
Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
* Lumen ad aetherium semianimes reuocans,*
Quod quia saepe facit, laudatur saepe, suiq.
* Fama tripertito nominis orbe volat.*
Nunc autem noua fama alia increbrescit, vt artes
* Exstinctas veterum gymnasiumq. nouat.*
Macte animo, vir magne, ergo tu cetera membra,
* Ore exercebis, sed tua laus hominum.*



Auctorum nomina, quorum fide, & testimonio hi Libri conscripti sunt.

Aeschylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodisiẽsis
Alexander Trallianus
Antillus
Aretaeus
Aristophanes
Aristoteles
Asclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gelius
Ausonius
Bardesanes
D. Basilius
Caius Julius Caesar
Cassianus
Cassius Iatrosophista
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celsus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionysius Areopagita
Dionysius Halicarnaseus
Erasistratus
Erotianus,
Euripides
Eusebius
Galenus
Herodotus
Herodianus
Hesiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Josephus
Jsidorus
Julius Capitolinus
Julius Firmicus
Iulius Pollux
Iustinus Martyr
Juuenalis

Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Mar. Aure. Cassiodorus.
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribasius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pausanias
Persius
Petronius arbiter
Philostratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Posidonius
Propertius
Pub. Victor
Razes
Rufus Ephesius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Empiricus
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Soranus Ephesius
Spartianus
Statius. Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themison
Theodorus Priscianus
Theophrastus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiscus
Xenophon.



ARTIS GYMNASTICAE LIBER PRIMVS

De Principijs Medicinae. *Cap. I.*



B VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas, & opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post inductam paullatim cōsuetudinem penitus ignorarūt, (id quod primis illis saeculis extitisse memoriae proditum est) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, sicut usque ad tempora Socratis distillationum, quas Graeci κατάῤῥυς dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum esse tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos usus, nullaq. principia extitisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuisse. Postquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquisitae artes, delicatissima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepsere, morborum simul uaria, C continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos coegerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaque fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unusquisq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret, posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosis, ac languentibus operam nauans id unum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut ullam esse ignorauit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac

[Margin: 3. de Republi.]

[Margin: In lib. qui medicus inscribitur.]

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius discipulus, qui curatiuae morborum medicinae cõseruatoriam ualetudinis partem fere circa sana duntaxat corpora satagẽtem addere uisi sunt, arbitrantes non minus praeclarum, atque artificiosum opus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam implicitos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis curandis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est. An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero solam in curandis
Lib. 29. cap. 1. morbis versantem clinicem vocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atque Plinius credidisse videntur, mihi plane compertum non E
est: nisi quod fuit mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum esset, scribere: Isque a primis illis temporibus vsque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, verum etiã in Italia perdurauit: vti prae ceteris ex tabella marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & vsque ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπὶ ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμου παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγίνοντο ἐπὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: F

HISCE diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, veniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuã, et poneret quinque digitos super altare, & eleuaret manum, & poneret super proprios oculos: & recte uidit populo praesente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Λουκίῳ πλευριτικῷ καὶ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι τέφραν, καὶ μετ'

οἴνου

A οἴνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπιθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσίᾳ ηὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχάρη αὐτῷ. id est:

Lucio affecto lateris dolore, & desperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, veniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commisceret, & poneret supra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus est illi.

Αἷμα ἀναφέροντι Ἰουλιανῷ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους
B στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δημοσίᾳ ηὐχαρίστησεν ἔμπροσθεν τοῦ δήμου. id est:

SANGVINEM reuomenti Iuliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praesente populo.

Οὐαλερίῳ Ἄπρῳ στρατιώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμούς, καὶ ἀνέ-
C βλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσίᾳ τῷ θεῷ. id est:

Valerio Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, veniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus vteretur supra oculos: & vidit, & venit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc succurre mihi, iam posse mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec ita essent, verisimile fit, solam remediorum co-

gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi, & sub certis regu- D
lis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: cer-
tus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna,
sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac discipli-
nis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse,
necnon curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non
ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur quod plurimi
fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum
indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut re-
rum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandi-
menta, inexplebilis libido, immensaque uoracitas, quibus, ut sa-
Epist. 96. pienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morbo
8. Sympos. prob. ix. rum species genitae sunt, adhucque quotidie gignuntur, quarum
aliae sero, aliae numquam medelam receperunt: sic namque pue- E
ros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coe-
pit, sic uiuente Pompeio, atq. Asclepiade aquae formido, seu hy-
drophobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec nõ elephã-
tiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq. tar-
de medelam receperunt, ut Scribonius, Largus, qui Claudij Impe-
ratoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit
Cap. 171. neminem ab hydrophobia usq. ad tempora sua liberari uisum; & si
Lib. 2. cap. 162. Appulcius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus
In proh. ad eum morbum antidotum quandam composuisset, Barbarusque
quidam in Creta naufragio appulsus se cum Hyenae pelle quod
Actius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi
tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, &
arente intra paucas horas expirauit, ut nobilissimi medici neq. ge- F
nus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem
omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres
sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratẽ sub
Lib. 5. cap. 3. Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate menta-
gra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae na
tae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracun-
culi quidã, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui cru
ra atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangeban-
tur illico refugiebant, musculosisq. partibus sese includentes into-
lerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus mor-
bi se ab alijs audiuisse, sed neq. naturam eius, neq. generationis ra
6. de locis affect. tionem cognouisse fatetur Galenus: Sic quidam ab urinae difficul
tate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter-

nodia

A nodia habentem minxit. sic Ephebus Athenis ſerpentem puſillum piloſum & plurimis pedibus ſtatim ambulantem multo cum ſemine eiecit: ſic Timonis Auiam duobus ſingulorum annorum menſibus in Cilicia delituiſſe in cauernis, ſolaq. reſpiratione, quod uiueret, cognitam eſſe traditur: ſic in Melonijs ſignum cuiuſdam affectionis hepaticae deſcriptum eſt, qua quicumque occupabantur, domeſticos mures diligenter obſeruabant, ac proſequebantur. ſic Crateri medici ſeruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita vt carnes eius ab oſsibus abſcederent: ſic temporibus noſtris exſecranda illa gallica, & paene exitialis lues vniuerſas regiones vexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel poſteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae mediB cinae partes ad ſummam perfectionem prouectae fuerint, diuinis eius manibus immortales ſemper habendae ſunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes ſicuti diuerſae re uera ſunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. προφυλακτική, ſiue ὑγιεινή, altera θεραπευτική nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uerſantur, acceptis, quae quoniam ſapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem ſuſceperunt: quemadmodum etiam uſque ad poſteriora tempora haec inueterata permanſit inter medicos conſuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conſeruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo C ob maiorem neceſsitatem inuenta fuit, id nomen adepta eſt, quod conſeruatiua quoque ei poſtremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquiſiuit, ut iudicauerint hanc ſolam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falſam, meramue hominum alios decipere ſtudentium imposturam exſiſtere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. argumentis primò ad cognoſcendos morbos utatur: deinde in ea fere omnes fortuita remedia, incognitaque medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauiſsimo errore verſari facillime cognoſcent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina ſuccurreret, aequo animo aeſtimare uoluerint: ut non abſq. ſumma ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgaſſe uideatur.

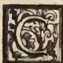
Libro 1. de abſtinētia ab animalibus.

In Epistol. graecis uariorum.

ΤΗΝ ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτήριον ὡς δὴ τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ προφοιτηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κυρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν συνῳδὰ τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρᾳ φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id est: D

Medicinae ſcientiam hominibus ſalutiferam eſſe, patens eius uſus atteſtatur, & ideo hanc e caelo delapſam philoſophi merito praedicant, ſiquidem cum naturae noſtrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaque nos ſecundum iuſtitiae rationem ſuperioribus regibus conſona obſeruari praecipientes, humanitate noſtra mandamus uos in reliquis temporibus E ab omnibus curialibus miniſterijs immunes uiuere.

De conſeruatiuae partibus, & quid tractandum. Cap. 11.



V M igitur duae ſint medicinae partes, una curatiua, altera conſeruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Poſtrema haec ab aliquibus in tres partes diuiſa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praeſentem ſanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem iſta e, quamuis ultimo, ſicuti demonſtrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipſae tantum multorum hominum additamentis ſplendorem acquiſiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare auſi forent, F tum ob copiam eorum, quae huic parti conſeruatiuae adſerta ſunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praeſtare uiſa eſt: Ea porro, quae ad hanc partem conſtituendam a medicis excogitata atque ordinata ſunt, quattuor nominibus comprehenduntur. quorum ſingula uarias ac multiplices res ſub ſe complectuntur. tot namq. praeſidijs bonam ualetudinem conſeruari poſſe, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa vero ſunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. eſculentis ſiue ciborum ſiue remediorum uſum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni ſubſunt ſudoribus, ſtercoribus, ſputis, urinis, & alijs omnibus ſimilibus continentur. Extrinſecus accidentia aqua, aere, ſalſugine, mari, oleo, & huiuſcemodi

A uscemodi constituuntur. Agenda uero exercitationibus, studijs, uigilijs, somno, venere, ira, cura, lotionibus, ceterisque eiusdem generis comprehenduntur, unde nulla res est, nullumue auxilium, quod ad sanitatem defendendam conducat, quin sub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conseruatoriam artem quantitate, qualitate, & occasione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copiose satis tractatum est: de gymnasijs autem siue exercitationibus, a quibus ars gymnastica apud veteres ualde celebris constituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam paucissima, & fortuito, confuseq. tradita reperiuntur, ideo de his, deq. gymnastica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forsan ab alio numquam absolutam tractationem habere decreui, eo magis B quod Galenus hanc haud ignobilissimam conseruatoriae facultatis partem esse scriptum reliquit: omnesq. fere testantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad custodiendam praesentem sanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuersam conseruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonstraturi sumus, ubi haec omnia distincte simul, atque copiose, prout res ipsa postulabit, in hisce libris declarabimus. Primo, quid sit gymnastica ipsa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius species: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: postremo, quid sit illa qualitas, quantitas, & occasio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conseruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab unoC quoque exercitationum genere gymnasticae studiosis expectanda sint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri spero, quòd in huiusmodi tractatione desiderari possit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis studiosos amplexuros esse auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto antecellere uidetur, quanto medicamenta ipsa ab exercitationibus superantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratissimi medicinae scriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa soluere, tum per sudoris meatus eijcere posse; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praestare, quanto satius est nullo corporis nostri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquāda, & solidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis associantur: exercitationes uero tantum abest ut aliquid tale sequatur, ut potius firmitas

2.de tu.ual. 3.Primi. doc.3.ca.1.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, D & ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac ἀπαθεια comparatur: Iccirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium siue exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari. Neque etiam inconsulto fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tanti exercitationes, laboresque corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore cibum caperent, ratus ualetudini, atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse, ac cibum, quas illud humanis corporibus praestare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes E apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigentiaque reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem restitueret.

viii. Symp. prob. 4.

Lib. viii. de Cyri Paedia.

In Anacharsi.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. Cap. III.



VATTVOR itaque existentibus illis, quibus tota conseruandae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conserua- F toriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiungentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare, quot & quanta uix ulla alia medicinae instrumenta praestant. Quod si Hippocrates in lib. de Locis in homine scripsit Gymnasticam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uocata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerunt

A runt duas esse circa corpus humanum uersantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas seiunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit haec ars exercitatoria gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: *ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἐστὶν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως*: hoc, est gymnastica est quae omniũ exercitationum facultates nouit, aut potius, gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in loco animad- In lib. ad Thras.
B uertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiae nullum opus considerent, necessario a uera scientia excluditur; quamuis alioqui caussas exercitationis uirium saepissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam a paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationum qualitates omnes, & earum caussas speculatur, imperatque, haec ueluti ministra illius exsistit, perinde ac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easque, prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis homi-
C nibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & possent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus sub his uerbis: *παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα*: idest: Paedotribae hoc edocent praeuaricari secundum leges, iniuriã facere iuste, decipere, furari, rapere, uim inferre honestissime, & turpissime. Nam si quis luctatorũ, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae a Polybo scripta sunt, sicq. gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: uerumtamen, cum interdum unus utriusq. munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem esse, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio persungitur; attamen Galenus eas esse distinctas uoluit, dum gymnasticam uocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipsa nobilior est; paedotribi- In primo de dieta.

cam

cam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem contendit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculatiuam, ac arbitram, & iudicem; alteram practicam esse, quae omnes interdum vna gymnasticae appellatione a materia, circa quam uersantur, ut pharmaceutica, suscepta uocarentur; sicuti speculatiua, & practica medicinae partes uno medicinae nomine saepenumero appellantur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis esset gymnastaq. & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoq. comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptū reliquit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἕν τι τελείαις οὔσαις μιᾶς ἐστὶ θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμῇ, μήθ' ἕξεως, μήτ' ἐπιστήμης τῶν περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa partem, sed circa genus aliquod perfecte exsistunt, unius est considerare, quid cuique conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura disposito, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessarium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasticae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum, & scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymnastici est hāc potentiam praeparare. Quibus verbis clare satis patet, tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pacto, quo a Galeno: tum etiam gymnasticam a paedotriba distingui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticae nomine intelligunt, definitio lateat, quae utriusque uim simul explanet, ita dicere poterimus, Artem gymnasticam esse facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarietates opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conseruandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuendi. Dixi huius artis talem esse finem, non solum ut plenam atque perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, uerum etiam ut hanc scientiam ab alijs, quae similem formam obtinent: differentem ostenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Graecorum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atq. exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes

uersan-

A uersantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in vnaquaque gymnastica locum habuerint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, caussaq. talis differētiae nulla alia exsistit praeter finem singularum, quo fine omnes facultates distingui scripsit Aristoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur sese Dijs rem gratam illis ludis tamquam promissam facturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & respub. & Reges, ac Imperatores studebant, quo homines uoluptate demulsi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum esse scribit Plinius, ut, dum eos inirent, semper assurgi, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi ius in Lib. xvj. cap. 4.
B proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipsis, patribusq. & auis paternis, quod tamen seruis, quando illi similes ludos inibant, concessum fuisse minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoscere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronensis habebit, qui omnium diligentissime, ut est ipse omnium saeculi nostri in historijs longe uersatissimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui posset athleta aduersarium superare, & coronam praemiaq. proposita consequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae uocati sunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes sub nomine uitiosae gymnasticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus est: Ceterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud
C agebant, nisi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus postea, cum oportebat, hostes in pugna uincere possent: atque harum exercitationum disciplina usque adeo seuera apud maiores seruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod scribit Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profecissent milites, Lib. 1. de re mil. ca. 13.
pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribunorum, vel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complesse. Ex quibus omnibus manifestum est gymnasticam nostram a praedictis differentem esse, & ideo summa cum ratione a nobis in illius definitione positum finem fuisse, qui est gratia sanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres exstiterint, atque

omnes

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde de- D
clarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una il-
lius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, ni-
si Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent.

De gymnasticae subiecto, & eius laudibus. cap. IV.


VM iam gymnasticam, quid sit, satis (nisi fallor) expli-
cuerimus: eamque ab affinibus facultatibus seiunxeri-
mus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, conside-
rare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit archite-
ctonica, siue ei subiecta, quae finem operationum suarum aliquem
non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat
proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: & E
quamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse ui-
deatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta ar-
tium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane
aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atque proprietatibus ab
unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod
pluribus artibus, atque disciplinis re uera subijcitur, tali pacto ab
una consideretur, quo non ab alia: siquidem, prout naturale,
atque mobile exsistit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis,
uel morbi capax, Medico subijcitur: prout εὔεκτον, idest boni habi-
tus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae
subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus
itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sa
nitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum F
esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad
Thrasybulum scripto luculentissime declarauit: neq. propter hoc
inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymna-
sticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit,
gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ue-
luti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica
a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum
in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram com-
parare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bo-
num habitum generare, eumq. tamquam sanitatis uel partem, uel
causam conseruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud
ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios
quamplures recenseam) eam rempub. haud optimam esse posse
censuerint,

A censuerint, in qua talis ars desideraretur, nec immerito quidem; quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidnam graue, aut dignum efficere ualet: profectò studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inseruire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare posit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignauia atque otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemque tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui se infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse gloria-
B tus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, si maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercendis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, exstruxerint, uerumetiam in quibusuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnastica, Cap. V.



VAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principium
C habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto semina quaedam illius iacta fuisse, quasique primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoq. fateamur potuisse faciliter multo prius exstitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neq. cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione vindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absonum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidnam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores; ut his rationibus gymnasticam naturalem homini esse, & ieccircò semper exstitisse persuasum habere deceat. Porro Homeri tempore artis gymna-

Primo de tu. valet.

ſticae principia quaedam exſtitiſſet, facile illi intelligere potue- D runt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quae poſt ad gymnaſticam facultatem tranſferunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & uigeſimotertio Odyſſeae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Sympoſiacorum prob. 3. ſcriptis mandauit, ubi tradit, certamina prius ſimplicia fuiſſe, in quibus ſolum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia rem tranſlatam fuiſſe, quando Deo ſacra facturi, populumq. ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quae a ſacrificijs demum ad gymnaſia paullatim fuiſſe introducta exiſtimo, quod primis illis temporibus, dum homi- E nes temperatam uitam traducerent, perpetuaque ſanitate fruerentur, illud unum ſtudium habebant, ut ad bella peragenda, hoſtesq. ſuperandos aptiſsimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & ſpe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέησιν ἱέντες
Τόξοισιν θ':

id eſt: *At gentes in litore ponti*
Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe F
Mittentes:

Et vigeſimotertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λαὸν ἔρυκεν, καὶ ἷζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔφερ' ἄεθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ', ἡμιόνους τε, βοῶν τ' ἴφθιμα κάρηνα.
Ἠ δὲ γυναῖκας ἐϋζώνους, πολιόν τε σίδηρον:

id eſt: *Sed Achilles:*
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia ſplendida promens
Scilicet & tripodas, lebetesq. & fortia boum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.

Ex

A Ex quibus & ſequentibus omnibus ſatis perſpicuum eſt, primis illis ſaeculis exercitationum finem fuiſſe tum delectationem quandam, & praemia conſequendi ſpem, tum ab bellorum, hoſtiumque uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Poſt ea tempora cum Deorum cultus, & ſacrificiorum celebrationes excreſcere coepiſſent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cócurrerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus inſtitutae ſunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores deſiderarentur, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare ſolent, ſtatuebantur ipſis certaminibus optatiora, atque praeſtantiora, ſicut innuit Ariſtoteles: in his exercitationibus, quoniam homines praemiorũ gratia dumtaxat certabant, quae ἄθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncu-In 3 parti. prob. 8.
B pati fuerũt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletae, apud quos certamen ipſum ludi nomen obtinuit, quod non ſolum in Deorum feſtis, uerumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra inſtituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuſcemodi certamina peragebantur, ſicuti quoque & apud Graecos ἆθλοι. Nam Olympia Piſis, ſiue in Elide, & Nemea apud Cleonas: Iſthmia in Iſthmo ipſo, Pythia Delphis apud eos talia fuerũt, quales apud Romanos ludi Capitolini, ſaeculares, & alij huiuſcemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores conſtituebantur, uti non modo in conuentu ſtantes cum palma & corona laudes ferrent: ſed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in ſuas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur,
C aereq. pub. perpetua uota conſtitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non ſit nobis loquendum, ad rem noſtram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi ſoli exercitationum fines exiſtere: uerum enim uero creſcente luxu, multisque a longa ualetudine detentis tandem ad reparandam ſanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes inſtitui coeptae ſunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut ſcribit Plato) gymnaſticam, quae prius in ſacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus ſolum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea ſententia nil aliud fuit, niſi certamina illa & exercitationes, quae ſolum pro coronis & praemijs ac militari diſciplina aſſequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in uſu erant, ad ſanitatis conſeruandae, & boni habitus acquirendi Tertio de repub.

finem

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atq. etiã D posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerisimile est, moniti mirũ in modũ corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addẽtes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdã praeceptis, ac terminis concluserunt, atq. ita artem totã pepererunt γυμναστικὴν uocatam ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, i. ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quã ob habitum corporis bonũ obtinendum sanitatemq. conseruandam exerceri, hoc autẽ primos omniũ effecisse Hippocratẽ, Dioclẽ, Praxagorã, Erasistratum testatus est Galenus 38. cap. lib. ad Thrasybulum. Quamobrẽ ex his clarũ factum arbitror quomodo ars gymnastica principiũ, incrementa, & statum, necnon quo tẽpore susceperit. Siquidẽ primũ in bello Troiano dum milites Graeci in arenã ex nauibus descẽdentes (unde post emanasse prouerbiũ In arenam E descendere opinor) inter se certantes ad bellũ exercebantur tũc apparere coepit, artisq. agonisticae, & gymnasticae nomen etiã accepit. Postea ad sacrificia & hominũ uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: sed etiã athleticae appellationẽ cõsecuta est; & apud Galenũ uitiosa gymnastica nominata fuit. Demũ ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omniũ sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis cõclusa gymnasticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor
„ dolet mihi, quem scio nunc ut sum, atque ut fui olim, quo neq. in-
„ dustrior de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hastis, pila, cursu,
„ armis, equo. Verũ enim vero haec ars (ut testatum reliquit Marcus Varro) apud Graecos solũ in usu uiguit, quamdiu rura colentes Ro- F mani & cultura foecundissimos agros habuerunt, & ipsi ualetudine firmiores exstiterunt: sed postquã cresente desidia in opidis otiari, quam ruri laborare maluerunt, Graecorũ urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idẽ Varro conquestus sit suo tẽpore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omniũ maxima & speciosissima fuerãt: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiã destructa fuerũt, & simul cũ ipsis ars non paruam iacturã passa fuit, quam a Varronis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui omnes medicos ea aetate Romae aestimatos passim in morbis curandis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quae supersunt, scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum

In secundo de re rusti. in prooe.

Lib. 3. sym pro. 6.

omnes

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentem lectitarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti vsus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praesertim ad excitandam sitim quaesitas esse praedicat. Itaque valde allucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamentis minime vsos, nulla firma ratione probat. Li. 14 cap. 22.

De Gymnasis Antiquorum. Cap. VI.

GYmnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, planum

B facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gymnasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex verbis Galeni in secundo de tu. val. scriptis manifesto comprobatur, vbi narrat gymnasium fuisse publicum in separata vrbis regione locum exstructum, in quo vngebantur, fricabantur, luctabantur, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerũt, quoniam exercitatores ibi, vt plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquissima vox etiam denudari significare videtur, vnde Martialis libro tertio.

Gimnasium, Thermae, stadium est hac parte, recede
Exsuimur, nudos parce videre viros.

Et Bardesenes apud Eusebium lib. vj. de praeparat. Euang. cap. viij. Graecos ait non potuisse vlla vi syderum prohiberi, quin in

C gymnasijs nudis exercerentur corporibus. Quamuis etiam quandoque sub nomine gymnasij omnem locum, vbi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea haec vox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iosephum videre licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, vbi de Herode ita loquitur. Namq. apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem publicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras porticus cõdidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, vel raras admodum, vel nullas extitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis nõ fuisse praedicit: Nam qui primi gymnasia exaedificasse creduntur, fuerunt Graeci, si

In Anach. Dialogo. credendum est Soloni apud Lucianum,& M. Tullio Ciceroni, qui D in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis,& exercitationis gratia ab ipsis primum instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, vbi hos versus habet.

Argiuas generatus inter vrbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quomodo vero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua E ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribit, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemonios Athenienses quoque sua gymnasia erexerunt, in quorum vrbe tria extitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum λύκειον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum In Anach. fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυνόσαργες, ubi nothi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos tanto odio, tantaque infamia viles, ac spurij notabantur, vt qui vere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in F vita Herodis Attici. Dixi in vrbe Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra vrbem essent, erant tamen haud longe aedificata, vt quae proxima essent vrbi, in ea fuisse dici potuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos habuisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum in- 4. Epist. fami. epist 12. terfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae vero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in vestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, vbi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, vel festa aliqua celebrabantur, vt in Panathenaico festa Panathenaica, Corinthum quoque gymnasiũ habuisse

Craneum

A Craneum vocatum, auctor eſt Laertius libro tertio. Romani po- In libro de
ſtremi omnium gymnaſia palaeſtras vocata in vrbe ad Graecorum antiqs no-
aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt: quos tamen minibus.
ceteros quoſcumque tum magnificentia operum, tum inaeſtimabili pulchritudine in hoc genere anteceſsiſſe, ex illis Thermarum, ruinis, quae ad hanc vſque diem non ſine omnium ſtupore perdurantia conſpiciuntur, facile conuincitur. ne ſileam illud, quod de Neronis gymnaſio ſcripſit Martialis lib. vij.

Quid Nerone peius?

Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnaſia tota aliquando Thermas ob aquae calidae vſum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, ſicut etiam interdum Thermae ſignificant eam gymna-
B ſij partem, in qua lauabantur, vbi propnigeum, laconicum, & calda lauatio ſitae erant, vt ex multis auctorum teſtimonijs, & praeſertim ex Martialis verſibus nuper citatis clare perſpicitur. Gymnaſium, thermae, ſtadium eſt hac parte. His omnibus poteſt iam vnicuique perſuaſum eſſe, quantum in errore verſatus ſit (inuitus fateor) Blondus Foroliuienſis conciuis meus, qui in ſecundo Romae inſtauratae commentario thermas ſolum ad lauandi vſus inſtitutas fuiſſe ſcripſit. Porro ne quis forſan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Ariſtotelem in gymnaſijs philoſophari conſueuiſſe; ſcire debet in huiuſcemodi locis varia hominum genera conuenire ſolita fuiſſe, quae omnia in ſequenti capite a nobis ſigillatim demonſtrabuntur: tanta enim erat huiuſcemo di locorum capacitas, tamq. ſpatioſa amplitudo, vt abſque vllo impedimento diuerſae, ac fere innumerae exercitationes, & corpo-
C rum & animorum peragi poſſent, quemadmodum ex Vitruuij allata deſcriptione perſpicere quiuis mediocriter hac in re verſatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuerſam ex Octauij Pantagathi viri tempeſtate noſtra ſummi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipſa diligentius conſiderata (vt ſemper curae poſteriores eſſe meliores ſolent) caſtigatiorem, & omnibus Vitruuij verbis exacte correſpondentem exhibemus. ad quod agendum clariſsimus Aloyſius Mocenicus, Franciſci filius, Ioannes Vincentius Pincllus, Melchior Guillandinus, viri tum ob acrem in cunctis iudicium, tum ob ſingularem eruditionem apud omnes ſpectatiſsimi, necnon Andreas Palladius priſcae totius archi tecturae peritiſsimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita vt non verear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque ſcientiae ſtudioſis

probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atque manifesta futura sit. Immo vero, si Octauius ipse reuiuisceret, nõ dubitarem, vt erat homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huic descriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri posse docet. D

De palaestrarum aedificatione & xystis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.



Nunc mihi videtur, (tametsi non sint Italicae consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicate, & quemadmodum apud Graecos constituantur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblonga ita sunt facienda, vti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitionem, quod Graeci vocant δίαυλον. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaque quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. vti cum tempestates ventosae sunt, non possit aspergo in interiorem partem peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquique qui studijs delectantur, sedentes disputare possint. In duplici autem porticu collocentur haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in versura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν vocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in versura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in versuris ex parte laconicum ad eundem modum (vti supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici calidam lauationem. In palaestra peristylia (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, vna ex peristylio exeuntibus, duae dextra, atque sinistra E F

A ſiniſtra ſtadiatae, Ex quibus vna, quae ſpectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex ampliſsima latitudine, altera ſimplex ita facta, vt in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti ſemitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſqui pedali a marginibus ad planitiem, quae planities ſit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui ueſtiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis ſe exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυστὸς vocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur. Proxime autem xyſtum, &
B duplicem porticum deſignentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci παραδρομίδας, noſtri xyſta appellant, in quas per hiemem ex xyſto ſereno coelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xyſta ſic uidentur, ut ſint inter duas porticus ſiluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſtationes. Poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, ut poſsint hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare. Quae in moenibus neceſſaria videbantur eſſe ut apte diſponantur perſcripſi.



A Peristylium in palaestra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitionem duum stadiorum. D

B Tres porticus simplices.

C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuersa, quae duplex est.

D Exedrae in tribus porticibus spatiosae, in quibus philosophi, rhetores disputabant.

E Ephoebeum, idest exedra tertia parte longior quam lata.

F Coriceum a parte dextera.

G Conisterium.

H Frigida lauatio in versura porticus.

I Elaeothesium ad sinistram ephoebei.

K Fridarium.

L Iter in propnigeum in versura porticus. E

M Propnigeum.

N. Concamerata sudatio introrsus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex vna parte P laconicum; Ex altera O calidam lauationem }

Q Exitus e peristylio

R Porticus extra palaestram prima exeuntibus.

S Porticus secunda spectans ad septemtrionem duplex amplissima latitudine, & stadiata.

T Porticus tertia simplex ita facta ut habeat.

V Margines circa parietes.

X Margines ad columnas.

Z Medium excauatum uti gradus bini sint in descensu sesquipedali. F

α Hypetrae ambulationes proxime xystum, & duplicem porticum, quae a Latinis xysta, a Graecis περιδρομίδες uocabantur.

β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.

γ Stationes ex opere signino.

δ Stadium ita figuratum ut possent hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare.

ε Loca de quibus etsi non meminerit Vitruuius, fuisse tamen in palastrae necesse est ut lignarium, aquarium, uasarium, latrinae ministrorum cellae, & similia.

De

A *De varijs hominum generibus, quae in gymnasia conueniebant.* *Cap. VII.*



Tanta, adeoque varia hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, vt, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitũ, his verbis apud Nonium: Ita vti soliti Romae eramus in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reli- B quique, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his versibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit: 10. meth. Epist. 57.

Sed vos saeuas imponite leges. Saty 7.
Vt praeceptori verborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam vngues, digitosq. suos, vt forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdam philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirentur, ex varijs Galeni libris co- C gnoscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & ἀκροατήρια. Inter quae scholam medicorum appellatam si quis recenseat mea sententia a vero non errabit, fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, vt ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs vocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum. 13. Meth. In lib. de libris ppriis

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M.

M. LIVIVS. EVTYCHVS
ARCHIATROS. OLL. D. II.
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adolescentes, qui vt exercitationũ obseruationes, atq. modos addiscerẽt, ad gymnasia accedebãt, vbi a gymnastis ipsis quascumq. cupiebãt exercitationes, edocebãtur; Adolescẽtes liberos palaestrã ediscere solitos fuisse facile cõuincitur ex illis Parmenonis apud Terentiũ verbis, quibus ille Chereã sub forma Eunuchi Thaidi offerẽs ait, Fac periculũ in litteris, fac in palaestra, in musicis, q̃ liberũ scire aequũ est adolescentẽ, sollertẽ dabo. id q̃d clarius infra demõstrabo. Tertiũ genus erãt Athletae qui ibi se exercebãt, vt in publicis ludis, seu in sacris certaminibus possent & populũ delectare, necnõ victoria ac praemijs potiri. & q̃d hoc fuerit, p̃ter Vitruuij auctoritatẽ Suetonius clarissime demonstrat dũ refert Neronẽ quandoq. gymnasiũ ingredi solitũ, vt certãtes athletas spectaret. Quartũ genus erant oẽs illi siue nobiles, siue ignobiles, q̃ vel militaris disciplinae, & fortitudinis, vel tuẽdae sanitatis, & boni habitus cõparandi gratia varijs exercitationũ generibus incũbebant, de prioribus est locus apud Casiodorũ lib. v. epist. 23. male a Pamelio in adnot. ad Tertulliani lib. de spect. intellectu, vbi ita scribit. Ostẽt iuuenes nostra in bellis, q̃d in gymnasio didicere virtutis. In posterioribus vero Galenũ nostrũ numerare possumus, cũ scribat se anno aetatis suae trigesimo quincto passum fuisse luxationẽ summi humeri in palaestra. Quinctũ genus erat eorũ, qui fricabãtur, licet. n. frictiones fierẽt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoque sine vlla exercitatione seorsum ab alijs, vt de Vespasiano tradit Suetonius, solũ fricabãtur, quod intelligi põt ex Galeno frictionẽ ad exercitationes praeparatoriã a reliquis distinguẽte. Sextũ genus erãt, q̃ lauabãtur, atq. hi erãt tũ nobiles, tũ ignobiliores. Hoc tamen intererat, q̃d diuites, atq. primates labra, & colymbithras proprias in cellis alioqui cõmunibus habebãt, vbi soli diuersis tẽporibus lauabãtur, multi erãt q̃ etiã solia vel lignea, vel argẽtea (q̃d recitat Plinius) secũ ferrẽt, ne pedes nudos collocarẽt vbi vilissimi quiq. ponebãt, quãuis etiã referant nonnulli Hadrianum Imperatorẽ lauari solitũ, vbi plebs lauabatur quod & Titũ Caesar. fecisse scribit Suetonius. Qui vero duntaxat vngerentur nulli in gymnasijs reperiebantur, quoniã uel exercitationum vel balnearũ gratia vngebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectatores (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in gymnasia conueniebant, qui nõ ob aliud, nisi ad videndos exerci-

In Eunucho.

In 1. de artic.

2. de tu. val.

atores

A citatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebant. Quo in loco id etiā animaduertendū cēseo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detēti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundā uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarētur, quemadmodū uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanā maiestatē illud dedecuisse videtur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludēdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuūt, publice versarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauādis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarētur tā ignobiles & mediocri loco natae, quā illustriores, cū de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendū cutis candorē quingentas asinas Lib. 11. cap. 41.
B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit.

aut pinguia Poppaeana. Saty. 6.

Spirat &

Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbādi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis usurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio Primo de alim. fac.

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage virginei tot bona gymnasij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella viros,*
Cum pila veloces fallit per brachia iactus,
Increpat & versi clauis adunca trochi,
Puluerulentaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro vulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de Hoc Spartanorū more quisquam mirari debet, quando & Plato in quincto de repub. grauissimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores vna cum viris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine cōsequendam, vt Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinādi.

De

De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX. D



Itrvvivm qui Augusti Caesaris aetate floruit, solũ palaestras graecas tradidisse ex ipsius verbis cõstat, quãdo nondũ Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorũ gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter verisimile sit Romanos (vt solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae vel Graecos latuerant, vel parũ ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorũ magis principales explicaturus haudquaquã solas a Vitruuio significatas in medium afferã, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare videtur in Graecis, atq. Romanis palaestris extitisse: quãquã Vitruuij auctoritatem nunquã multi faciendã existimaui, nempe quẽ παραδοξόλογον & sua aetate minime aestimatũ puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quãdo scilicet in vrbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebãtur, quod etiã a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquã in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, vel saltem adulteratus putatur, magnã certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorũ partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discũ quã philosophũ audire malũt) quod in eos dicebantur, qui in eodẽ gymnasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorũ crepitus audientes relicta sapiẽtiae schola ad proximũ certaminum locum erumpebant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operã nauabant, versatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae veluti scholae quaedã vbi possent facillime post animorũ exercitationes corpora ad sanitatẽ, vel fortitudinẽ iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. extat enim Lampridij auctoritas, Alexandrũ Seuerũ post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, quo mihi verisimile apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercẽdi genere pactio-

nes

A nes facere solitos, qui simul exerceri, ac certare volebant: quamquam sciam Philandrum eius opinionis fuisse, quod in Ephebaeo puberes exercerentur. qua in re ipsum ualde melius sensisse existimo, quam Gulielmum Choulum, qui in suo de antiquorũ exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes studendi gratia sedisse scriptis mandauit. Vtrũ uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum sextũ annũ pueros commercium ullum habere uetabãt, hoc uerũ fuerit affirmare nõ auderem. Neq. itẽ negare possumus, Galeni tempore, pueros exerceri in palaestra consueuisse, cũ is cuiusdã aegritudinis, quam Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaestra acquisiuerat, mentionem faciat: & praeterea in secũdo de tu. ual. sic scribat: οὕτω δὲ καὶ ὅστις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρα γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάB ζοντες. i. Sic autem, & quicunq. per funẽ scandit quemadmodum pueros in palaestra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaestris exerceri solitos fuisse satis constaret, etiãsi id quoque Plautus in Bacchidibus apertissime testatus nõ esset, ubi Lydus Pistocleri paedadogus patrũ erga filios sui temporis indulgentiã taxãs de anteacti temporis moribus ita loquitur. Lib. de pc. ad Posth.

Nego tibi annis viginti fuisse primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem vt efferres ex aedibus
Ante solem exorientem nisi in palaestram veneras
Gymnasii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arcessebatur malum
Et discipulus, & magister perhibebantur improbi.
Ibi cursu, luctando, hasta disco pugilatu, pila
C *Saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauijs.*

Vnde mihi cõijciendũ uidet pueris summo mane palaestrã adeundi praeceptũ fuisse, ut uirorũ, qui tũc non aderant, cõmercium uitarent, atq. etiam litterarum studijs incumbendi otium superesset. etenim non defuisse qui pueros nudos uidere, & nefandum eorum amorem sibi conciliare ex palaestris studerent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert sententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerceri, uel lauari, uel utrũque agere uolebant, inseruiebat, alias a Graecis ἀποδυτήριον, & a Galeno γυμναστήριον uocatus. Nisi enim Coriceũ apud Vitruuiũ talem locum significat palaestras ab ipso descriptas absq. hac parte omniũ maxime necessaria extitisse dicendum esset, quã non solũ in publicis gymnasijs, uerũ etiã in priuatis affuisse credo, si quidem Plinius Caecilius in descriptionibus uillae Lib. 2. & 5. Epist.

suae

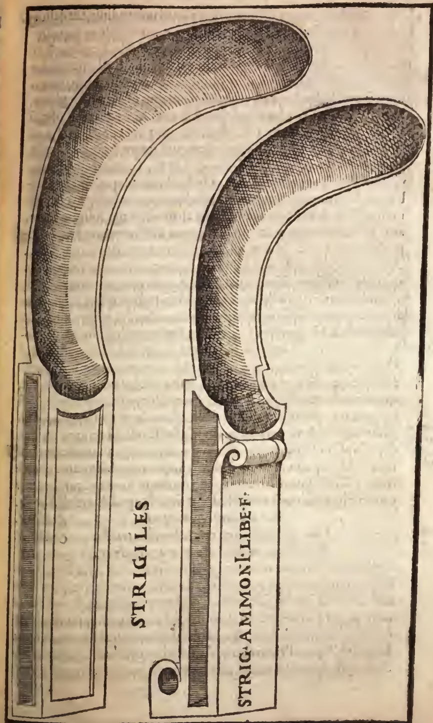
suae Laurẽtinae ac Tuscorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde D illorũ sentẽtias probare nequeo, q Coryceũ in Vitruuij textu legẽdũ putarũt a coryco pilae specie, quasi ibi ludus talis agerẽt aut couriceũ pro tonstrina, aut coriceũ tãquã in eo puellae, & virgines κοραίαι a Graecis uocatae exercerenẽ. Quarta pars erat eleothesiũ a Iu-
Li. 2. epist lio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ, atq. in isto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas ituri ungebantur, redungebãturq.. Sed, quoniã opportunitas rei postulare videtur, ut de hoc gymnastico ungẽdi munere uerba faciã, neq. Metrodori Scepsij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, i. de vngendi ratione citatus ab Athenaeo liber hodie extat, quattuor ego dicã: primũ, quãdo, & q ungerentur: secundũ, quae esset unctionis materia: tertiũ, cuius finis gratia ungerẽtur: quartũ, quo modo, & a quibus unctio administraretur. Illi qui uel loturi uel sese exercitaturi in gymnasiũ ueniẽbãt, maiori ex parte spoliabãtur in apodyterio: postea horũ nõnulli, & praesertim qui uel luctã, uel pãcratiũ inire intendebãt, (nã pugilatores, cursores, ac alij multi unctione nõ egebant) alipteriũ ingredientes ungebãtur, atq. ita uncti ad locũ, vbi erat puluis, de quo loquar inferius, trãseuntes puluere cõspergebantur, sicq. deinceps in exercitationes diuersas diuersi prodibãt: postquã u. ro sese, quãtum libuerat, exercuissent, iterũ ad unctuariũ reuertentes ibi a Mediastinis, & Reunctoribus strigilibus ferreis, de quibus Martialis,

Pergamus has misit curuo distinguere ferro,
Non tam saepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur, in qua detersione oleum, puluis, & sudor, quae deradebantur, simul mixta in usum medicum adseruabãtur, & ab At-
Lib. 1. c. 3. ticis κονίσαλος, ab alijs vero πάτος uocabatur, ut ex Dioscoride, Pli-
Lib 34. c 8. nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari potest: tametsi Auicen-
Li. de sim. me. 8 1. & 4. na libro secundo faciat mẽtionem etiam sudoris sicci athletarum,
de tu. ua. quem puto fuisse illum, cui neque oleum, neque puluis inerat. &
Libro 5. & 10. de sim. quamuis Galeni aetate strigiles adhiberentur ad balnei usum, ni-
med. & hilominus balneorum strigiles plerumque spongiae erant, uel li-
lib. 2. c. 17. nei, neque communiter semper administrabantur, sed quisq. proprium secum gerebat, & praesertim quicumque communia cum alijs instrumenta habere fugiebat, ut insinuat Persius Sat. v.

I puer, & strigiles Crispini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei, uel aerei, quibus strigmenta, & sordes exercitatorum a corporibus radebantur. Aerei strigiles erãt, quorum pictura hic ponitur, qui olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti sunt.


STRIGILES
STRIG·AMMONI·LIBE·F·

Detersi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia- D
rum gratia ungebantur, & nonnunquam inuncti balnea ingredie-
bantur, sed post egressi denuo ungebantur modo simplici oleo,
modo uarijs odoribus condito, modo diapasmate ad coercendos
li.21.c.19. sudores, ut scribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tẽpora,
interdũ post balnea, quod Homeri tẽporibus obseruatũ legimus,
ut in 3. Odys. Αὐτὰρ ἐπεί λούσεντε ϗ ἔχεισε λίπ' ἐλαίω, i. Postquã
lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumq. 17. τὺς δὲ ἐπεὶ δμωαὶ
λοῦσαν, ϗ χρῖσαν ἐλαίῳ, i. Hos autem post quam famulae lauerũt,
& unxernnt oleo: interdum quoque ante, sicuti refert Galenus
vj. de ualetudine conseruanda. De Archimede quaedã apud Sto-
baeum scitu digna leguntur: eum s. abaco incumbentem, & figu-
ras quasdam ducentem a famulis ui abstractũ ungi solitum fuisse,
atq. ipsum in corpore ita uncto figuras mathematicas saepe desi- E
gnare consueuisse. Materia unctionis pro exercitandis uaria fuit.
Aristotelis tẽpore, & oleo simplici, & aqua mixto ungebãtur: Is n.
quincta problematũ particula scripsit, iccirco aquã oleo admixtã,
quando exercitatis adhibetur, magis lassitudinẽ tollere, quã oleũ
simplex, quoniã ita interius penetrans exsiccata mẽbra humectat
addo etiã ex Hippocrate 11. de diaeta minime huiusmodi unctio-
Lib.15.c.4. nes permittere, vt corpora plus iuxto incalescãt auctor est Plinius
Graecos uitiorũ omniũ genitores oleũ primos in gymnasia inue-
xisse, de quo dicebat Anacharsis Scytha esse insaniae pharmacum,
quoniã eo peruncti athletae insanirent. Butyrũ quoq. apud nõnul-
li.11.c.14. las barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleũ, interdũ pro un-
& li.28.c.9. gẽdis exercitãdorũ corporibus in usu fuisse testatũ reliquit Plinius,
3. de alimẽ. & post ipsum Galenus: fuit & aliud mixturae genus posterius inuẽ- F
fac. c.15. tum ex oleo, puluere & cera cõmixtũ, quo ungebãtur: atq. illud ce-
roma a Plinio vocatũ inuenio, quo iuuẽtutẽ Romanã corpora exer-
cendo uires animorũ amisisse dicit: sicut & apud Martialẽ libro 4.

Seu lentum ceroma teris & *libro V.*
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. & *lib. VII.*
Et castigatum Lydiae ceroma palaestrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnasijs condiri odoribus, sed ui-
lissimis consueuisse. Quae omnia de unctionibus ante exercitatio-
nes adhibitis intelligi debent: cũ post exercitationes, & post balnea
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-
nera tradantur adhibita: quae soli lasciuiae atque libidini inseruie-
bant. atq. haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quã-
do scripsit, Solonem uetasse seruis unctiones siccas, atq. puerorum
amo-

A amorem, nõ item mulierũ coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demũ praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa ab auctoribus tradita inuenio. Hippocrates in 3. de diaeta memoriae mãdauit terrarũ puluerem oleo admisceri solitũ, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. volumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi cõsueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent, quam sententiam secutus est quoq. Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait. Prob. 119.

Auxilium membris calidas infundit arenas.

B Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimũ vsum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerẽt, neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de caussa a Martiale puluis ille ἁφὴ uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pausaniam, ἀκονιτί nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenatem scribens. lib. 1 epist. 1.

Quis circum pagos, & circum compita pugnax.
C *Magna coronari contemnat olympia, cui spes,*
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae?

Ex quo satis mirari nequeo Budaeũ, uirũ sane doctissimũ, q in suis ad Pandectas adnotationibus hoc nõ uiderit, malueritq. ἀκονιτί, i. ἄνευ ἀγῶνος, seu sine certamine dictũ esse. Alij sunt, q credãt oleo exercitatores unctos ad arcẽda frigora, & leuãdas lassitudines. Galenus sensit oleũ tam ad exoluendã praeteritã lassitudinẽ, & futurã mitigandã, quam ad praeparandũ ad motus cõduxisse. quibus cerã additã cum Galeno opinor, quo oleũ alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebãtur unctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue reseratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quamquã etiã aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis unguẽtis, aut sicci diapasmatis ad cõprimendũ immmoderatũ sudorẽ, 6. de tu. va. c. ult.

In Anach. Dialogo. credendum est Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui D in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, vbi hos versus habet.

Argiuas generatus inter vrbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quomodo vero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua E ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribit, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemonios Athenienses quoque sua gymnasia erexerunt, in quorum vrbe tria extitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum λύκειον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum In Anach. fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυνόσαργες, ubi nothi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos tanto odio, tantaque infamia viles, ac spurij notabantur, vt qui vere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in F vita Herodis Attici. Dixi in vrbe Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra vrbem essent, erant tamen haud longe aedificata, vt quae proxima essent vrbi, in ea fuisse dici potuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos ha- 4. Epist. fami. epist. 12. buisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae vero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in vestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, vbi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, vel festa aliqua celebrabantur, vt in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasiũ habuisse

Craneum

A Craneum vocatum, auctor est Laertius libro tertio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras vocata in vrbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt: quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaestimabili pulchritudine in hoc genere antecesisse, ex illis Thermarum, ruinis, quae ad hanc vsque diem non sine omnium stupore perdurantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vij. In libro de antiqs nominibus.

Quid Nerone peius?

Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae vsum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymnasij partem, in qua lauabantur, vbi propnigeum, laconicum, & calda lauatio sitae erant, vt ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis versibus nuper citatis clare perspicitur. Gymnasium, thermae, stadium est hac parte. His omnibus potest iam vnicuique persuasum esse, quantum in errore versatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroliuiensis conciuis meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi vsus institutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis varia hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, vt absque vllo impedimento diuersae, ac fere innumerae exercitationes, & corporum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re versatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (vt semper curae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij verbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, viri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita vt non verear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque scientiae studiosis

probata euenfiat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae D
ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atque manifesta futura
sit. Immo vero, si Octauius ipse reuiuisceret, nō dubitarem, vt erat
homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huic descri-
ptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tan-
tum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem
duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, &
oblongas fieri posse docet.

De palaestrarum aedificatione & xystis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.



Nunc mihi videtur (tametsi non sint Italicae E
consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicate, & quemadmodum apud Graecos constituantur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblonga ita sunt facienda, vti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitionem, quod Graeci vocant δίαυλον, ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaque quae ad meridianas regiones est conuersa duplex, vti cum tempestates ventosae sunt, non possit aspergo in interiorem partem peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquique qui studijs delectantur, sedentes disputare possint. In duplici autem porticu collocentur F
haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in versura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν vocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in versura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in versuris ex parte laconicum ad eundem modum (vti supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici calidam lauationem. In palaestra peristylia (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, vna ex peristylio exeuntibus, duae dextra, atque

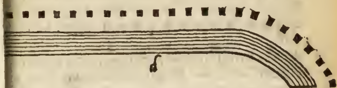
sinistra

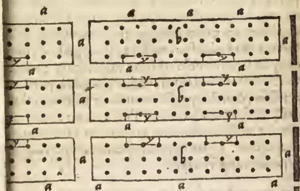
A sinistra stadiatae, Ex quibus vna, quae spectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex amplissima latitudine, altera simplex ita facta, vt in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti semitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini sint in descensu sesqui pedali a marginibus ad planitiem, quae planities sit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui uestiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis se exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυςὸς vocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis stadijs exercentur. Proxime autem xystum, &
B duplicem porticum designentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci περιδρόμιδας, nostri xysta appellant, in quas per hiemem ex xysto sereno coelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xysta sic uidentur, ut sint inter duas porticus siluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere signino stationes. Post xystum autem stadium ita figuratum, ut possint hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare. Quae in moenibus necessaria videbantur esse ut apte disponantur perscripsi.

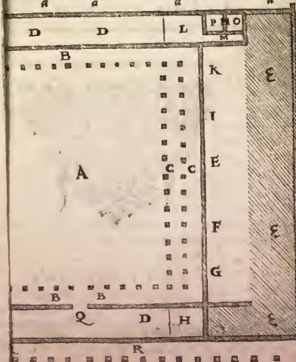


laestrae cum peristylio quadrato

Occasus

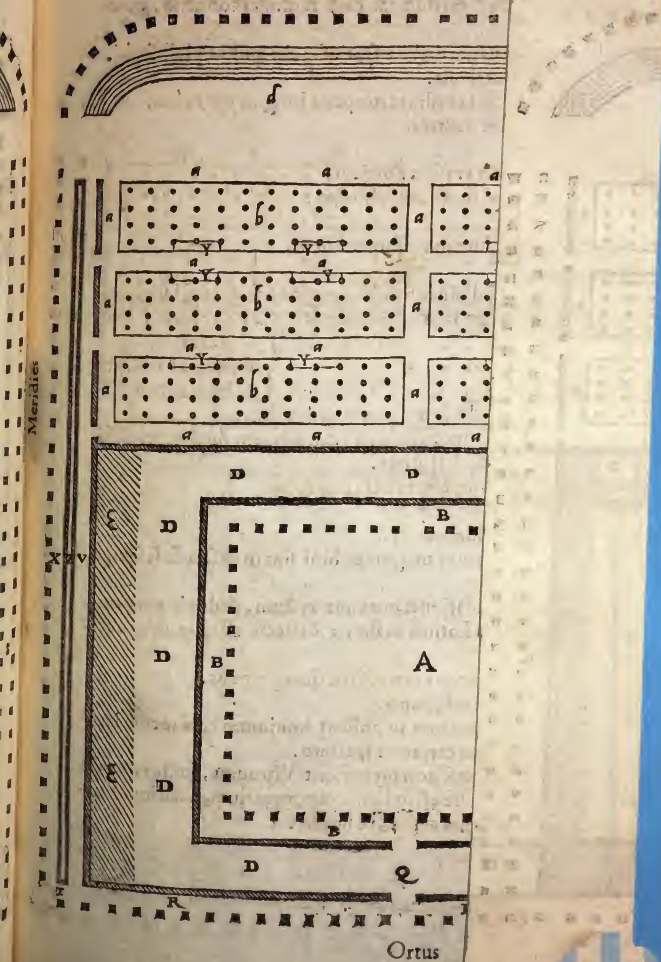






Ortus

Figura palaestrae peristylio obl



A De varijs hominum generibus, quae in gymnasia conueniebant. Cap. VII.



Anta, adeoque varia hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, vt, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitũ, his verbis apud Nonium: Ita vti soliti Romae eramus in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reliquique, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his versibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit: 10.meth. Epist.57. B

Sed vos saeuas imponite leges. Saty 7.
Vt praeceptori verborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam vngues, digitosq. suos, vt forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdam philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirentur, ex varijs Galeni libris cognoscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & ἀκροατήρια. Inter quae scholam medicorum appellatam siquis recenseat mea sententia a vero non errabit. fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, vt ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs vocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum. 13. Meth. In lib. de libris ppri. C

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M.

M. LIVIVS. EVTYCHVS
ARCHIATROS. OLL. D. II
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adolescentes, qui vt exercitationũ obseruationes, atq. modos addiscerẽt, ad gymnasia accedebãt, vbi a gymnastis ipsis quascumq. cupiebãt exercitationes, edocebãtur; Adolescẽtes liberos palaestrã ediscere solitos fuisse facile cõuincitur ex illis Parmenonis apud Terentiũ verbis, quibus ille Chereã sub forma Eunuchi Thaidi offerẽs ait, Fac periculũ in litteris, fac in palaestra, in musicis, q̃ liberũ scire aequũ est adolescentẽ, sollertẽ dabo. id q̃d clarius infra demõstrabo. Tertiũ genus erãt Athletae qui ibi se exercebãt, vt in publicis ludis, seu in sacris certaminibus possent & populũ delectare, necnõ victoria ac praemijs potiri. & q̃d hoc fuerit, p̃ter Vitruuij auctoritatẽ Suetonius clarissime demonstrat dũ refert E Neronẽ quandoq. gymnasiũ ingredi solitũ, vt certãtes athletas spectaret. Quartũ genus erant oẽs illi siue nobiles, siue ignobiles, q̃ vel militaris disciplinae, & fortitudinis, vel tuẽdae sanitatis, & boni habitus cõparandi gratia varijs exercitationũ generibus incũbebant, de prioribus est locus apud Casiodorũ l. b. v. epist. 23. male a Pamelio in adnot. ad Tertulliani lib. de spect. intellectu, vbi ita scribit. Ostẽt iuuenes nostra in bellis, q̃d in gymnasio didicere virtutis. In posterioribus vero Galenũ nostrũ numerare possumus, cũ scribat se anno aetatis suae trigesimo quincto passum fuisse luxatiõnẽ summi humeri in palaestra. Quinctũ genus erat eorũ, qui fricabãtur, licet. n. frictiones fierẽt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoque sine vlla exercitatione seorsum ab alijs, vt de Vespasiano tradit Suetonius, solũ fricabãtur, quod intelligi põt ex F Galeno frictionẽ ad exercitationes praeparatoriã a reliquis distinguẽte. Sextũ genus erãt, q lauabãtur, atq. hi erãt tũ nobiles, tũ ignobiliores. Hoc tamen intererat, q̃d diuites, atq. primates labra, & colymbithras proprias in cellis alioqui cõmunibus habebãt, vbi soli diuersis tẽporibus lauabãtur, multi erãt q etiã solia vel lignea, vel argẽtea (q̃d recitat Plinius) secũ ferrẽt, ne pedes nudos collocarẽt vbi vilissimi quiq. ponebãt, quãuis etiã referant nonnulli Hadrianum Imperatorẽ lauari solitũ, vbi plebs lauabatur quod & Titũ Caesar. fecisse scribit Suetonius. Qui vero duntaxat vngerentur nulli in gymnasijs reperiebantur, quoniã uel exercitationum vel balnearũ gratia vngebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectatores (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in gymnasia conueniebant, qui nõ ob aliud, nisi ad videndos exercitatores

In Eunucho.

In 1. de artic.

2. de tu. val.

A citatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebant. Quo in loco id etiā animaduertendū cēseo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detēti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundā uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarētur, quemadmodū uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanā maiestatē illud dedecuisse videtur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludēdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuūt, publice versarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauādis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarētur tā ignobiles & mediocri loco natae, quā illustriores, cū de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendū cutis candorē quingentas asinas Lib. 2. cap. 41.

B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat quod intellexit Iuuenalis dum scripsit.

aut pinguia Poppaeana. Saty. 6.

Spirat &

Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbādi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis usurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio Primo de alim. fac.

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage virginei tot bona gymnasij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella viros,*
Cum pila veloces fallit per brachia iactus,
Increpat & versi clauis adunca trochi,
Pulueru lentaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro vulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de Hoc Spartanorū more quisquam mirari debet, quando & Plato in quincto de repub. grauissimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores vna cum viris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine cōsequendam, vt Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinādi.

De



ITRVVIVM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solú palaestras graecas tradidisse ex ipsius verbis cóstat, quádo nondú Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorú gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter verisimile sit Romanos (vt solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae vel Graecos latuerant, vel parú ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorú magis principales explicaturus haudquaquá solas a Vitruuio significatas in medium afferá, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare videtur in Graecis, atq. Romanis palaestris extitisse: quáquá Vitruuij E auctoritatem nunquá multi faciendá existimaui, nempe qué παραδοξόλογον & sua aetate minime aestimatú puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quádo scilicet in vrbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebátur, quod etiá a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquá in capitum Plinij librorú catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, vel saltem adulteratus putatur, magná certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorú partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discú quá F philosophú audire malút) quod in eos dicebantur, qui in eodé gymnasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorú crepitus audientes relicta sapiétiae schola ad proximú certaminum locum erumpebant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operá nauabant, versatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae veluti scholae quaedá vbi possent facillime post animorú exercitationes corpora ad sanitaté, vel fortitudiné iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. extat enim Lampridij auctoritas, Alexandrú Seuerú post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, quo mihi verisimile apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercédi genere pactio-

A nes facere solitos, qui simul exerceri, ac certare volebant: quamquam sciam Philandrum eius opinionis fuisse, quod in Ephebaeo puberes exercerentur. qua in re ipsum ualde melius sensisse existimo, quam Gulielmum Choulum, qui in suo de antiquorũ exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes studendi gratia sedisse scriptis mandauit. Vtrũ uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum sextũ annũ pueros commercium ullum habere uetabãt, hoc uerũ fuerit affirmare nõ auderem. Neq. itẽ negare possumus, Galeni tempore, pueros exerceri in palaestra consueuisse, cũ is cuiusdã aegritudinis, quam Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaestrã acquisiuerat, mentionem faciat: & praeterea in secũdo de tu. ual. sic scribat: οὕτω δὲ καὶ ὅστις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάB ζοντες. i. Sic autem, & quicunq. per funẽ scandit quemadmodum pueros in palaestra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaestris exerceri solitos fuisse satis constaret, etiãsi id quoque Plautus in Bacchidibus apertissime testatus nõ esset, ubi Lydus Pistocleri paedadogus patrũ erga filios sui temporis indulgentiã taxãs de anteacti temporis moribus ita loquitur. Lib. de pc. ad Posth.

Nego tibi annis viginti fuisse primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem vt efferres ex aedibus
Ante solem exorientem nisi in palaestram veneras
Gymnasii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arcessebatur malum
Et discipulus, & magister perhibebantur improbi.
Ibi cursu, luctando, hasta disco pugilatu, pila
C *Saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauijs.*

Vnde mihi cõijciendũ uidet̃ pueris summo mane palaestrã adeundi praeceptũ fuisse, ut uirorũ, qui tũc non aderant, cõmercium uitarent, atq. etiam litterarum studijs incumbendi otium superesset. etenim non defuisse qui pueros nudos uidere, & nefandum eorum amorem sibi conciliare ex palaestris studerent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert sententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerceri, uel lauari, uel utrũque agere uolebant, inseruiebat, alias a Graecis ἀποδυτήριον, & a Galeno γυμναστήριον uocatus. Nisi enim Coricẽu apud Vitruuiũ talem locum significat palaestras ab ipso descriptas absq. hac parte omniũ maxime necessaria extitisse dicendum esset, quã non solũ in publicis gymnasijs, uerũ etiã in priuatis affuisse credo, si quidem Plinius Caecilius in descriptionibus uillae Lib. 2. & 5. Epist.

suae

suae Laurētinae ac Tuscorū apodyteriū inter alia adnumerat: unde D illorū sentētias probare nequeo, q Coryceū in Vitruuij textu legēdū putarūt a coryco pilae specie, quasi ibi ludus talis ageret aut couriceū pro tonstrina, aut coriceū tāquā in eo puellae, & virgines κοραὶ a Graecis uocatae exercerent. Quarta pars erat eleothesiū a Iu-
Li. 2. epist. lio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariū uocatū, atq. in isto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas i ituri ungebantur, redungebāturq.. Sed, quoniā opportunitas rei postulare videtur, ut de hoc gymnastico ungēdi munere uerba faciā, neq. Metrodori Scepsij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, i. de vngendi ratione citatus ab Athenaeo liber hodie extat, quattuor ego dicā: primū, quādo, & q ungerentur: secundū, quae esset unctionis materia: tertiū, cuius finis gratia ungerētur: quartū, quo modo, & a quibus unctio administraretur. Illi qui uel loturi uel sese exercitaturi in gymnasiū ueniē- E bāt, maiori ex parte spoliabātur in apodyterio: postea horū nōnulli, & praesertim qui uel luctā, uel pācratiū inire intendebāt, (nā pugilatores, cursores, ac alij multi unctione nō egebant) alipteriū ingredientes ungebātur, atq. ita uncti ad locū, vbi erat puluis, de quo loquar inferius, trāseuntes puluere cōspergebantur, sicq. deinceps in exercitationes diuersas diuersi prodibāt: postquā u ro sese, quātum libuerat, exercuissent, iterū ad unctuariū reuertentes ibi a Mediastinis, & Reunctoribus strigilibus ferreis, de quibus Martialis,

Pergamus has misit curuo distinguere ferro,
Non tam saepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur, in qua detersione oleum, puluis, & sudor, quae deradebantur, simul mixta in usum medicum adseruabātur, & ab At-
Lib. 1. c. 3. ticis κονίσαλος, ab alijs vero πάτος uocabatur, ut ex Dioscoride, Pli F
Lib 34. c 8. Li. de sim. me. 81. & 4. de tu. ua. Libro 5. & 10 de sim. med. & lib. 2. c. 17. nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari potest: tametsi Auicenna libro secundo faciat mētionem etiam sudoris sicci athletarum, quem puto fuisse illum, cui neque oleum, neque puluis inerat. & quamuis Galeni aetate strigiles adhiberentur ad balnei usum, nihilominus balneorum strigiles plerumque spongiae erant, uel linei, neque communiter semper administrabantur, sed quisq. proprium secum gerebat, & praesertim quicumque communia cum alijs instrumenta habere fugiebat, ut insinuat Persius Sat. v.

I puer, & strigiles Crispini ad balnea defer.

Ferrei autē erant, uel aurei, uel argētei, uel cornei, uel eburnei, uel aerei, quibus strigmenta, & sordes exercitatorum a corporibus radebantur. Aerei strigiles erāt, quorum pictura hic ponitur, quiue olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti sunt.


STRIGILES
STRIG·AMMONI·LIBE·F·

Detersi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia D
rum gratia ungebantur, & nonnunquam inuncti balnea ingrediebantur, sed post egressi denuo ungebantur modo simplici oleo, modo uarijs odoribus condito, modo diapasmate ad coercendos
li.21.c.19. sudores, ut scribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tẽpora, interdũ post balnea, quod Homeri tẽporibus obseruatũ legimus, ut in 3. Odys. Αυτὰρ ἐπεὶ λούσέντε ϗ ἔχρισε λίπ' ἐλαίω, i. Postquã lauit, & pingui oleo unxit. & lib.4. iterumq. 17. τὺς δὲ ἐπεὶ δμωαὶ λοῦσαν, ϗ χρῖσαν ἐλαίω, i. Hos autem post quam famulae lauerũt, & unxernnt oleo: interdum quoque ante, sicuti refert Galenus vj. de ualetudine conseruanda. De Archimede quaedã apud Stobaeum scitu digna leguntur: eum s. abaco incumbentem, & figuras quasdam ducentem a famulis ui abstractũ ungi solitum fuisse, atq. ipsum in corpore ita uncto figuras mathematicas saepe desi- E
gnare consueuisse. Materia unctionis pro exercitandis uaria fuit. Aristotelis tẽpore, & oleo simplici, & aqua mixto ungebãtur: Is n. quincta problematũ particula scripsit, iccirco aquã oleo admixtã, quando exercitatis adhibetur, magis lasitudinẽ tollere, quã oleũ simplex, quoniã ita interius penetrans exsiccata mẽbra humectat addo etiã ex Hippocrate 11. de diaeta minime huiusmodi unctio-
Lib.15.c.4. nes permittere, vt corpora plus iuxto incalescãt auctor est Plinius Graecos uitiorũ omniũ genitores oleũ primos in gymnasia inuexisse, de quo dicebat Anacharsis Scytha esse insaniae pharmacum, quoniã eo perruncti athletae insanirent. Butyrũ quoq. apud nõnullas barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleũ, interdũ pro un
li.11.c.14. & li.28.c.9. gẽdis exercitãdorũ corporibus in usu fuisse testatũ reliquit Plinius;
3.de alimẽ. fac. c.15. & post ipsum Galenus: fuit & aliud mixturae genus posterius inuẽ F
tum ex oleo, puluere & cera cõmixtũ, quo ungebãtur: atq. illud ceroma a Plinio vocatũ inuenio, quo iuuẽtutẽ Romanã corpora exercendo uires animorũ amisisse dicit: sicut & apud Martialẽ libro 4.

Seu lentum ceroma teris & *libro V.*

Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. & *lib. VII.*

Et castigatum Lydiae ceroma palaestrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnasijs condiri odoribus, sed uilissimis consueuisse. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes adhibitis intelligi debent: cũ post exercitationes, & post balnea infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum genera tradantur adhibita: quae soli lasciuiae atque libidini inseruiebant. atq. haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quãdo scripsit, Solonem uetasse seruis unctiones siccas, atq. puerorum amo-

A amorem, nō item mulierū coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demū praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa ab auctoribus tradita inuenio. Hippocrates in 3. de diaeta memoriae mādauit terrarū puluerem oleo admisceri solitū, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. volumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi cōsueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent, quam sententiam secutus est quoq. Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait. Prob. 119.

Auxilium membris calidas infundit arenas.

B Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimū vsum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerēt, neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de caussa a Martiale puluis ille ἀφὴ uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pausaniam, ἀκονιτί nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenatem scribens. lib. 1. epist. 1.

Quis circum pagos, & circum compita pugnax.
C *Magna coronari contemnat olympia, cui spes,*
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae?

Ex quo satis mirari nequeo Budaeū, uirū sane doctissimū, q̄ in suis ad Pandectas adnotationibus hoc nō uiderit, malueritq. ἀκονιτί, i. ἄνδ' ἀγῶνος, seu sine certamine dictū esse. Alij sunt, q credāt oleo exercitatores unctos ad arcēda frigora, & leuādas lassitudines. Galenus sentit oleū tam ad exoluendā praeteritā lassitudinē, & futurā mitigandā, quam ad praeparandū ad motus cōduxisse. quibus cerā additā cum Galeno opinor, quo oleū alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebātur unctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue reseratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quamquā etiā aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis unguētis, aut sicci diapasmatis ad cōprimendū immoderatū sudorē, 6. de tu. va. c. vlt.

li.13.c.2.& li.21.c.19. lib.1. ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de quibus Martialis. D

Quid quod olet grauius mixtum diapasmate uirus.

Ceterũ quo modo ungerentur, nil certo definitũ inuenio: est tamẽ ualde probabile, nõnullos, cũ prius seipsos fricassent, manibus proprijs hoc egisse, aut alterũ ab altero uicissim unctum, qđ Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiã a seruis gymnasticis, atq. reunctoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorẽ unctionis penetrationẽ fricantes tandẽ uniuersum corpus modo leniter, modo secus prementes perungebant, &, prout temporis constitutio postulabat, alias tepidũ, alias calidũ, alias frigidum linimentũ applicabant: atq. haec omnia ut plurimũ in Alipterio fiebãt: qui nitro & aphronitro sese fricabant, ut meminit Cyprianus Epist. 7. lib. 4. ac Martialis lib. 14. existimo illud eos agere solitos, ut sordes a corpore melius eluerent, atq. exsiccarent, quantum.n. abstergere posit aphronitrum nemo ignorat. Prope quod erat Conisterium, Polluci *κονίστρα* uocatum, quincta gymnasij pars, in quo positus puluis conseruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris, E

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

li. 35. c. 13. & Aegyptius, quẽ Romã in hunc usum aduehi solitũ refert Suetonius in Nerone, quemadmodũ & Patrobiũ Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenã tenuissimam non multũ a Puteolano puluere distantem ad debellanda corpora palaestrae studijs aduexisse, eandẽq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cũ reliquis militaribus cõmercijs portatã. cui forsan haud absimilis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnã describens loquitur. F

Inque uicem fuluae tactu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaestritarum exercitationes iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab illo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inseruiebat. *ἀφὴ* namque tactum significare, nemo nescit.

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus, Cap. IX.



ACTENVS quinq. Gymnasij partes, quae etiã in palaestra graecorũ a Vitruuio descriptae inueniũtur, Philosophorũ exedras, Ephebaeũ, Apoduterium, unctuariũ, & conisterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodẽ praetermissas, & ab alijs indicatas, partim ab ipsomet explicatas prosequemur. Erat itaq. sexta pars locus quidã palaestra uocatus,

A catus, ubi (dicebat Lydus ille Plautius) cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila, saliendo se exercebant magis, quã scorto, aut sauijs, & ubi scribit Galenus has exercitationes peragi solitas luctam, pugilatũ, appensionẽ manibus ad funes exercitationem qua stabant pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigebãt qua pōdera manibus attollebant, & ita persistebant, quod genus halteres uocatum est, sciamachia, & armorum pugna: Galeno uero assentiens Oribasius Pergamenus fassus est non modo has, sed & alias sexcentas fuisse palaestrae exercitationes. Vnde animaduertendum est, palaestram apud utriusque linguae auctores multa significare, primo totum ipsum gymnasium, ut est uidere penes Vitruuium, secundo, locum quemcumq. exercendis corporibus idoneum, quo pacto locutus est Cicero in Epist. tertij lib. ad Q. F. pri-B ma, & 2. de legibus, dum uillam suam Arpinatem describens palaestram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos. In Bacchidibus. 2. de tu. ua let. ca. 9.

Pars in gramineis exercent membra palaestris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a sua palaestra exit foras. Tertio certam gymnasij partẽ, in qua ex sententia Plauti, Galeni, & Oribasij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum sordes collectas in panno applicatas furunculos maturare scripserunt Plinius, & Theodorus Priscianus. in qua significatione accepisse Catullum puto, ubi dixit 6. collec. c. 14. De Berecithim. li. 1. ca. 36. li. 5. de sim. med.

Albero foro, palaestra, stadio, & gymnasijs?
Miser ah miser. & Afranius scribens. lib 1. de legibus. lib. de claris Orat.
Etiam depellis mihi manum per palaestricos, idest,
Palaestrae usum (ut ait Nonius) callentes. lib nat. histo. 27. c. 4.

C Quod autem a Palaestrae muris, statuis, atque columnis strigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae usus seruarentur, abunde testati sunt Dioscorides, Plinius & Galenus, quae strigmẽta quãdoque a ludorum magistratibus octingentis sestertijs uendita fuisse tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipsam palaestrarũ interdum palaestram uocari, sicuti quandoq. M. Tullius pro palaestra actiones ordinate, & uenuste factas metaphorice intelligere uisus est auctoritate Lucilij, cuius hic uersus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortensi est ad eam rem nata palaestra*. nec non Plato in Charmide pro Taurei palaestra locũ significauit quo uiri docti ad colloquendum disputandumq. conueniebant. Ad haec Plutarchus in secundo sympos. palaestram uocatum scribit locum, ubi athletae exercerentur, & in quo solum lucta, & pancratiũ non cur- Prob. 4.

 sus,

ſus, non pugilatus agerentur. quéadmodũ & Galenus quandoque D palaeſtram nuncupauit, ubi athletae ſolum, & craſsitudini corporis ſtudentes exercerentur quo pacto accipiendũ reor apud Hipp. quũ in principio primi Epid. narrat tubercula ijs eſſe oborta, qui in palaeſtra, & gymnaſijs exercebantur. Forſan auté dubitauit ali-

2. de tu. ual. cap. 9. quis an in palaeſtra hac puluis ſtratus eſſet, quoniã Galenus ipſam a loco, ubi puluis erat, ſeparaſſe uidetur hiſce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν
„ τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δυνάται γίγνεσθαι
„ καθ᾽ ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκεστον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς
„ ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα-
„ λαίστρας δεῖται. i. Sed & haec abſq. palaeſtra, & alto puluere in quocumque loco conculcato erectis ſtantibus fieri poſſunt: quae uero lucta inter ſe contendentes agunt robori acquirendo incũbentes, vel alto puluere, uel palaeſtra opus habent. Cui ita reſpõſum uolo, E etiã in palaeſtra fuiſſe ſtratũ puluerem, ſed humilem, ac modicũ, ita ut duo fuerint loca puluere ſtrata, alterum palaeſtrae, alterũ extra palaeſtrã: in illo puluis humilis, in hoc altus & copioſus eſſet: cuius pulueris in utroq. uſus erat, tum ut certantes firmius cõtenderent, neq. pedibus laberentur: tum etiã ut qui in terrã deijciebantur, minus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illo pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebãt, atq. inde robur maius cõparabant. Quae omnia ſignificauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc. n.

lib. 11. de uſu partiũ. & li. de cauſis procatarticis. alto puluere locutum puto Galenũ, ubi ſcribit ſe uidiſſe athletas, ſaepius, ne a puluere ſuffocarentur, periclitantes, & ubi Adoleſcentem quendam narrat ex concitato motu per loca profunda, & arenoſa facto ualde exſiccatum ad gymnaſiũ ſe contuliſſe: quod ex ijs F eſſet, qui illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exercери uellent. Quod palaeſtra quoq. dicta ſit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in ſuis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, ſane non uideo. Septima gymnaſij pars fuit ſphaeriſtirium, ubi uariae exercitationes, & praeſertim cuncta pilae exercitia, quae plurima exſtitiſſe infra demonſtrabimus, frequentius,

lib. 2. c. 4. quam alibi peragebantur. Hoc non eſſe coriceũ a Vitruuio deſcriptum ſatis in ſuperioribus probauimus, & licet ab eo nõ ponatur, in gymnaſijs tamen fuiſſe multis uerbis oſtendis Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnaſijs hortiſue Sphaeriſtiriũ una cum alijs exſtructũ fuiſſe, locupletiſsimum teſtem habemus iuniorem Pliniũ, qui uillas ſuas deſcribens Laurentinum & Tuſcos in utriſq. ſphaeriſtirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque cir-

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarũ loco confirmari potest, ubi haec Vulpiani verba leguntur: Cũ Aurelius Quinctus hospiti suo medico mandasse diceretur ut in hortis eius quos Rauẽnae habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphaeristiriũ & hypocausta & quaedam ipsius ualetudini apta sua impẽsa faceret. Vnde quoq. facile conijcitur in spaeristirio nedum pilae ludos, uerũ etiã alias exercitationes fieri consueuisse, quãdo & in ipso Vespasianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Suetonius (sibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, sitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, necnon tota peristylij area quae & ad subministrandã porticibus, ac cellis lucẽ factae erant, & ad spatiandum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaestra, nec in alto puluere, nec in xystis alijsue locis fieri possent. Has locum conculcatũ paullo ante ex Ga- lib.2. epist. & 5. lib.17. c.16 „ „ „ „

B leno a nobis nominatum fuisse opinor ita uocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue stratae, sed rudes & aequato tantũ solo forent. In his cursum factũ existimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi constitutos, tametsi apud Vitruuiũ nil aliud fuerit diaulos, quã peristiliorũ quadratorum circumitio duobus stadijs definita. In ipsis etiã saltus, & disci exercitationes, quas palaestrae negauit Galenus (ut mea fert sententia) interdũ habebantur. Nona pars erant xysti, & xysta, nam utraq. apud graecos & Latinos non parum discriminis obtinent, si quidem xystos hi uocãt porticus tectas ubi athletae per hiemẽ & aestate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xysta autem subdiales ambulationes, ubi hieme tempestate leni e porticu prodeuntes, & aestate fere semper exercebantur, ac ambu-

C labant; atque has παραδρομίδας a Graecis nominatas scribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus consitae ad praestandũ amoenitatem, atq. illis, qui a sole offendebantur, umbrã. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuisse scribit: De ijsdem quoq. Plinius secundus sermonem habuit quando in depingendis Tuscis ac Laurentina uillis suis xystos toties decantat. Nec alium locum intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem in xysto factam nominauit, sicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorem facit ambulationẽ in uijs, quam in cursibus sub hisce uerbis: Τῷ δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους. φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, i. Tuo autem, & meo lib.12. Loco citato. In Oecon. „ „ „

ſocio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe quas minorē laſsitudinem ijs, quae fiunt in curſibus, parere dicit. Id quod ſi Ficinus recte penſitaſſet, melius Platonis uerba in noſtram linguam tranſtuliſſet, ſed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis, tractabimus. Eaſdem ambulationes intellexit Iuſtinus martyr, cum in principio dialogi ſui dixit: περιπατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξυστοῦ περιπάτοις, hoc eſt, ambulanti mihi in xyſti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepiſſe uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputaſſe & in ſuis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum feciſſe ſcribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xyſta Graecorum. D

De Balneis gymnaſiorum, atque etiam de Stadio. *Cap. X.* E



DECIMA gymnaſiorū pars fuit Balneū, quā ob delicias, atq. ſanitatem omnium maxime aeſtimatā fuiſſe certū eſt, quamuc cunctis alijs maiorē, & pulchriorē exſtitiſſe opinor ego, tum quia (ut Galenus ſua tēpora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tēpore Hippocratis, & antiquorum fere omnium uſq. ad Aſclepiadis & Pōpeij aetatem, non erat quando ut ſcribit Hippocrates, & Galenus nondum publica balnea, aut priuata accōmode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur: tum quia multis locis balnea indigebāt pro uarijs lauandorum cōmoditatibus, quae neceſſario ſpatium maius requirebant, & ob id columnis, ac ſuperbiſsimis marmoribus exſtruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri uſi ſint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua ſcriptum eſt a Seneca, quod quiſq. pauper ſibi uidebatur, ac ſordidus, niſi parietes balneorum magnis ac pretioſis orbibus refulſiſſent, niſi Alexandrina marmora Numidicis cruſtis diſtincta fuiſſent, niſi illis undiq. operoſa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, niſi uitro conderetur camera, niſi aquam argētea epiſtomia fudiſſent. Ne ſtatuarum, & columnarum nihil ſuſtinentium ornamentum ſileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil niſi gēmas calcare vellent. Etruſci balneum a Martiale, & Statio elegantiſsime deſcriptū qui lectitarit, non poterit maiorum in exſtruendis balneis magnificentiam, atque luxum ſatis admirari: ſed de his ſatis. Vt autem de gymnaſiorū balneis paullo plenior habeatur cognitio, haec in praeſentia ſolū (quando iam Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir poſt primā horum cōmentariorum editionē uniuer-

3. com. de uic. acut.

Epiſt. 87. F

lib. 6.
lib. 1. Sil.

A ſam de Balneis materiam abſolutiſsime tractauit)explicabimus. Primo, qualia eſſent,& quae loca balneis deſtinata: Secundo, quae uaſa,& aeris diſpoſitio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto,qui,& quando lauarentur: materiã enim,qua lauabãtur,plerumq. aquam dulcẽ uel pluuia collectã, uel ab aquae ductibus,aut fluminibus, aut aliunde corriuatã omnes ſciunt. & quãuis apud Galenum aliosq. ſaepenumero de medicatis balneorũ aquis mentio fiat,illis tamẽ aegroti,aut ualetudinarij utebantur,nõ gymnaſia ingredientes, de quibus ſolis nos loqui intendimus. niſi immenſam Neronis & profuſam libidinẽ in medium adducamus,qui dulcibus nõ contentus aquis,marinas teſte Lampridio,& Suetonio atque Albulas in ſuas thermas deduci curauit. Loca balneũ uniuerſum cõſtituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuiſſe reperio, lib. 3. epiſt. ad Q. Fra. epiſt. 1.
B frigidam lauationẽ ſiue λϐτρον,frigidarium,tepidarium, ſudationẽ calidam,& calidam lauationem. Quae uero balneis inſeruiebant,fuerunt hypocauſtum,aquarium, & uaſariũ. Haec omnia loca cõcamerata & fornicũ modo fabricata fuiſſe cognoſcere poſsũt, qui Romanarum thermarũ reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recẽſeri, quam a Vitruuio deſcripta inueniantur,quoniã,quae ipſe deſcripſit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia exſtruere coeperant, in quibus multo Graecis laſciuiores,plura etiam loca diſpoſuerunt. Frigida lauatio, ſiue λϐτρον, locus erat,in quo frigidae aquae lauacra, & praeſertim piſcina,alias baptiſteriũ a Plinio iuniore uocitata, pro natationis uſu ab auctoribus citata poſita erant, tum ob aeſtatẽ quando ſimilis laua-
C tio diligitur,tum ob eos, qui omni tempore illam proſequebantur ſiue ob ualetudinem, ſiue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quem rariſsime in caldarijs,fere ſemper in piſcinis lauiſſe ſcribit Lãpridius. De huius uſu plura apud Oribaſium ex Galeni ſentẽtia uideri poſſunt in decimo collec. lib. auctor eſt Lampridius Heliogabalũ numquã in piſcinis ſe lauari paſſum eſſe niſi illae croco,alijsue pretioſis unguentis fuiſſent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatũ,qui ſtatim poſt egreſſum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant:neq. enim ulla ibi aquae uaſa reperiebantur, ut poſſent aeſtate plures conuenire. nõ defuerunt qui in hac parte piſcinã pro natationis ſtudioſis,de qua copioſius lib. 3. tractabimus, poſitã fuiſſe crediderint. At mihi ueriſimilius uidetur eam in frigida lauatione,ubi alia frigida aqua ſeruabatur,exſtitiſſe, cum in frigidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur:In parte fieri

potest,ut loturi exsuerentur quoque,tum quia apodyterium communis pro exercitatoribus spoliandis locus non parũ distabat,adeo ut loturos,si ibi uestimenta deposuissent, nudos per ephebaeũ,frigidam lauationẽ,& reliqua loca transire necessum esset: tum qa probabile est in Ephebaeo homines saepius inueniri consuesse, a quibus loturos haud quaq. nudos cõspici honestũ erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile est in frigidario sese exsuisse, eo magis quod Varro atq. Plinius testati sunt, tam in urbibus quã ruri apodyteriũ quoq. fuisse balnei partem, quemadmodũ etiam Galenus atq. Oribasius significare uisi sunt, ubi qua hora iuuenis tẽperati corporis balneo uti debeat,exponentes gymnasteriũ temperati debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest,nisi frigidariũ ipsum:in quo & sudores detergebantur. siquidem Galenus.x. Methodi libro partes balnei enumerans quattuor statuit,calidarium,calidã lauationẽ, quam λοῦτρον uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua sudores detergerentur: sed haec potius coniectura,quã ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quisquã hic dubitare debet quũ Vitruuius unã partem, Galenus aliã λοῦτρον uocent, quandoquidẽ non est rationi dissentaneũ, utrasq. eo nomine designatas esse, cũ in ambabus homines lauarentur. Illud etiã hoc in loco commemorandũ est,publicas baleneas hanc partem admodũ uastam, & cuius peruiã habuisse,ita ut uestimenta eorum qui lauabantur, facile surripi possent, ob quos lege cautũ fuit fures balneorũ grauius esse plectendos quemadmodũ praeceteris copiose docuit Aristoteles sec. xxix. prob. xiiij. quamquã & capsa, reos uocatos in eum conducere usum consueuisse balneatores atq. alios sciam ut uestimenta, lauãdorum a furibus conseruarent, quod intellexisse puto Iuuenalem eo uersu x. Saty. D E F

a d re rust. in pro. 5. epist. lib. 3. de tu. uale. 10. col. c. 6.

Quem sequitur custos angustae vernula capsae

Et Ouidium lib. iij. de arte amandi.

Cum custode foris tunicam seruante puellae.
Celent furtiuos balnea multa iocos

Et Martialem lib. 12.

Lintea ferret apro vacuus cum vernula nuper
Et supra togulam lusca sederet anus

Frigidario adnexum tepidarium duobus hominũ generibus inseruiebat,tum illis,qui tẽpore aeris aut aquae,vel vtriusq. ob uoluptatẽ,siue ualetudinẽ frui uolebant, tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebãt; hi etenim ne ab apodyterio siue frigidario ad calidarium, & rursum a balneo calido ad frigidarium, seu frigidam

A lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrerent, aliterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, ſeu calido loco tamdiu morabãtur, quouſq. ad alterum eorum citra noxam recipiẽdum ſeſe diſpoſuiſſent. quamquam etiam fieri poteſt, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob ſpatij paenuriam, uel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem uillam, quae iudicio Quincti fratris ſui aedificabatur, inuiſiſſet, ſe aſſa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouiſſe ſcribit. in quo ſatis aperte demonſtrat, apodyterium, & laconicũ, ſiue calidam, aſſamue, ut ipſe & Celſus uocant, ſudationem coniuncta fuiſſe eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicũ coniuncta interdũ fuiſſe ſaltem poſt Vitruuij tẽpora opinamur, etſi is lib. lib. 3 epiſt. ad Q. F. ep. prima.

B v. cap. x. huic ſententiae omnino adſtipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celſo Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullã aquam intra ſe continens, ad prouocandum ſudorẽ potiſsimũ inſtituta, & ob id a nonnullis calida ſudatio, ſicuti a Cicerone & Cor. Celſo aſſa nuncupata. de qua ſermonem faciens Columella, haec contra ſui temporis mores ſcripſit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianã caliditatẽ Laconicis excoquimus, & exucto ſudore ſitim quaerimus. In hac uapor calidus, ſeu calor ſiccus incluſus ſudorẽ prouocabat, haud aliter, ac ſuper Baias myrtetis, ubi tẽpore Celſi e terra profuſus calidus uapor aedificio incluſus maximos ſudores ciebat. cuius Horatius quoq. meminit in Epiſt. ubi ait. Li. 5. c. 14. lib. 2. c. 16. li. 3. ad Q. F. epiſt. 1. In pro. li. de re ruſtic. li. 1. ad Val lam.

ſane myrteta relinqui
Dictaq. ceſſantes neruis elidere morbos
C *Sulphura*

Qui apud Vitruuiũ Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipſius Vitruuij lectitantes facile cognoſcent, utraq. ab ipſo ſeparari, dum praecipit Laconicum, ſudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeſte Celſus laconicũ uocat, ubi calor ſiccus eliciebat ſudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clariſsime ſignificauit Martialis, balnea Etruſci deſcribens ſub his uerbis. lib. 5. c. 10.

Ritus ſi placeant tibi Laconum, Lib. 6.
Contentus potes arido vapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.

Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemiſphaerium camerata foret, idem cum ſphaeriſtirio a nobis ſuperius explicato effeciſſe. quibus plane aſſentiri nequeo, quoniam

quoniã mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido ſudationibus D
aedificato ludũ pilae atq. alias exercitationes, quas in ſphaeriſtirio
v. Epiſt. li. fieri cõſueuiſſe tradit Plinius, exercerẽt: fuiſſet namq. (ut eſt in pro
uerbio) camino oleũ addere, ſi exercitationes per ſe corpora ualde
calefacientes in calidiſsimis locis egiſſent. De laconico poſſunt uer
ba Iuuenal. intelligi, ſi uerſus ita reſtituatur. quidquid dixerint alij:

Qui Lacedaemonium proptyſmate lubricat orbem:

nam taxat quendã qđ in Laconici ſolio copioſe exſpuẽdo efficeret,
quo minus in ipſo pedes ambulantiũ firmari ualerent. Poſt Laconi
cum ſequebatur cella calida labris aquae cõtinendae poſitis referta.
x. Metho. in qua qđ lauarẽtur, calidae lauationis a Vitruuio, & a Galeno λοῦ-
τρον nomen adepta eſt. hanc puto Archigenẽ apud Galenũ viij. de
cõpoſit. medicam. ſec. loc. uocaſſe ζεστόν. Erat nãq. primaria balnei
pars, & proindea nemine de ipſa quidquã eſt in cõtrouerſia poſitũ. E
Cur Vitruuius in Balneis gymnaſiorũ conſtruendis nullã tepidarij
mẽtionẽ faciat, cuius, dum priuatorũ balnea doceret, aperte memi-
nit, nõ ſum admodũ certus. quoniã ſi illud ſub cõcamerata ſudatio-
ne intellexit, ſequeretur etiã in tepidario ſudari cõſueuiſſe, cũ tamẽ
in ſuperiori capite ſudationes & tepidariũ diſtinxerit; ſi ſub calida la
uatione tepidariũ ab ipſo cõprehenſum fuiſſe placeat. quomodo er
go calidaria, atq. tepidaria in decimi capitis eiuſdẽ libri initio tam-
quam diuerſa fecit? Itaq. dicendũ eſt forte concameratã ſudationẽ
& laconicum, & calidã lauationẽ cõplecti; tepidarium uero omiſ-
ſum, quia Graecorũ palaeſtrae id non haberẽt. Quod porro ſcripſit
Pollux libro ſeptimo, ἀλειπτήριον apud Alexim fuiſſe balneorum
partẽ, nullo modo probare ualeo: cum idẽ alias ipſum inter gymna F
ſiorum partes adnumerauerit. niſi uelimus penes Antiquos βαλα-
νεῖον ſignificaſſe totum gymnaſiũ ipſum. Atq haec ſufficiant de pu
blicorum in gymnaſijs balneorũ partibus. Fuerunt & innumera
fere priuatorũ balnea, quae, & aliquibus ex praedictis partibus ca-
ruiſſe, & alias habuiſſe ueriſimile eſt; ſed de huiuſmodi nõ eſt inſti
tuti noſtri uerba facere. Quae autẽ loca non eſſemt intra balneas,
ſed ipſis tantum inſeruirent, primo hypocauſtum cõtinebant, quod
ſecundũ Vitruuij deſcriptionẽ erat fornax ſeu caminata ſtructura
ſubterranea calidario, calidae lauationi, atque uaſario ſuppoſita, in
qua ad calefaciendũ tum aquã, tum praedicta loca ignis ſuccẽdeba-
tur, & ne exſtingueretur a ſeruis ſornacatoribus ob id in Pandectis
a Papiniano uocatis frequenter cum pilis, & glomis pice illitis exci-
tabatur, de lignis autẽ in hunc uſum adhibitis narrat Plutarchus x.
prob. lib. iij. ſympoſ. aediles cauiſſe ne ignis balnearũ ex olea ſuc-
cende-

A cenderetur neq. in eum conijceretur loliũ,qđ horũ nidores graue dinẽ capitis, & uertigines lauantibus inuehant praedictarum pilarum apud Vitruuium lib.v.cap.x. mentio clara habetur, ubi docet solum caldariorum ita sternẽdum esse inclinatum ad hypocausim, uti pila cum mittatur non possit intro resistere,sed rursus redire ad praefurnium,atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione.De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci. lib. 5. S'I.

Crepantis
Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem uoluunt hypocausta uaporem.

Vnde cuiuis manifestum esse potest, in quã graui errore uersentur illi,qui Hypocaustũ,& Laconicũ idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca iij.nat.quaest.cap.xxij.nec non epist. xc i. tẽpestate sua

B inuentos esse parietibus impressos tubos,per quos circum funderetur calor,qui ima simul,& summa foueret aequaliter:illum uero calorem immitti consueuisse ex Hypocausto, & a Iurisconsultis memoriae mandatum est, & ab Ausonio in Mosella sic expressum :

Quid quae sulfurea substructa crepidine fumant
Balnea, ferventi cum Mulciber haustus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,
Inclusum glomerans aestu expirante uaporem.

Horum autẽ tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae cõspiciuntur in Diocletian',atq. Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum uia quaedã erat propnigeũ, quasi dixeris praefurniũ a Vitruuio uocata.Aquarium cella erat calidae lauationi,atq. calidario ad-

C nexa,in qua alueus magnus aedificatus erat ad continendã aquã ex aquaeductibus,aut aliunde inuectam, atq. inde in frigidã lauationẽ,& calidã per fistulas corriuandã. Non lõge ab hoc situm fuit uasarium,ubi uasa cõseruabantur balneorũ seruitijs necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat.de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uasa supra hypocaustum tria cõposita fuisse,unum calidarium, alterum tepidarium, tertiũ frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in calidarium,quãtum aquae calidae exisset,influeret, de frigidario in tepidarium ad eundẽ modũ. De aere balneorũ, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebãt. Quod Oribasiũ significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balneorum domos ad octauam horam uersas cõstruxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset,utiq. a meridie lumen uero ita capiebatur, ut in lib.5.c.10. lib.9 coll. Cap.10.

medio

medio camerae foramē latū relinqueretur, sub quo labrū exstrue- D
batur:circa labrū erāt spatiosi quidā margines,aut porticus,a Vitru
uio scholae uocati,in quibus occupato a prioribus lauationis loco reli
qui circūspectātes recte stabant,nec suis umbris lucē,q̄ superius ca-
Epist.87. piebat,obscurare poterāt.De aeris porro intra balneū exsistētis sta-
lib.8. sym. prob.9. tu a Seneca,& Plutarcho auctoribus grauissimis scriptū reperio,an
tiquiores mollibus,ac moderate calidis balneis usos,ita ut Alex. in
lauacro ēt febriēs,Galatarūq. mulieres pultis ollas in balnea ferētes
una cū pueris lauarētur, & mādūcarent; at eorū tēpestate maxime
calidas in pretio habitas fuisse, adeo qđ de illis dicere licebat *Huc*
Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.
Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Mar-
tialis sic scribit libro quincto.

Si temperari balneum cupis feruens E
Faustinae, quod vix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tēpore Galeni,qui paullo post Senecā, & Plutarchū
floruit,balnea usq. adeo calida in usu nequaquā fuerunt. Quinim-
mo etiā morē illū calidioribus utendi haudquaquā tunc omnibus
Epist.87. cōmunem fuisse,sed aliquibus peculiarē,pro cōperto habeo: etsi Se
neca testat̄ apud ueteres hoc quoq. nobilissimos aediles officio fun
ctos esse,intrandi ea balneorū loca,quae populū recipiebant,exigē
diq. munditias,& utilē ac salubrē tēperaturam procurandi:sed tem
pore suo illud in desuetudinē abijsse,ut balnea tunc similia incēdio
forēt,narrat Plinius lib.33.cap.9. vt cōualescētes balnearū aestus to
lerare possent salē linguae subditū praestitisse. Vasa quibus lauabā F
tur,alia immobilia,alia mobilia fuerunt: Quae nō mouebantur, ex
lateribus,& marmore fiebant,alueiq.,& labra in calida lauatione,
in frigida piscinae & baptisteria nūcupabantur:adeoq. magna erāt,
ut etiā in ipsis aliquo pacto natare cōcederetur: atq. horū uestigia
adhuc Romae in aliquibus thermarū ruinis cōspiciūtur: Quae mo
ueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimū fierēt; attamē
in publicis quoq.,sed ob priuatorū forsan vsus,exstitisse opinor: &
haec diuersas figuras habuerunt.alia quadratā,alia quadratā oblon
gā; alia rotundiusculā, alia oualē, sicuti nunc apparet ex uetustissi-
mis,quae adhuc Romae supersunt. Hic autē unā dūtaxat formā da-
mus,a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rerū antiquarū monu
mentis cōmunicatam; quod eam & pulcherrimam,& pro multis re
bus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus.


STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
CACCABV
ORCEOLVM
TRVLLA BAL-
NEARIA

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce scriptis mandata leguntur, fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere tentarint, qualis Tucca a Martiale sub his uersibus derisus,

Lib.7.

Lib.9.

Non silice duro, structili, ve caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pineaque compage
Vt nauigare Tucca balneo possit.

Tongillum quemdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, crediderunt aliqui, his Iuuenalis uersibus adducti.

Sat.9.

Exitus hic est
Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,
Qui solet, & vexat lutulenta balnea turba. E

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus extitit. (de sanis loquor, & gymnasiorum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetudinariorum lauationibus sermonem haberi non postulat locus) Primam balneorum institutionem semper fuisse existimaui, ut quotidianas sordes eluerent, possentq. mundo corpore cenare, qui singulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus: aut saltem infrequens esset; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a puluere, & omni alia illuuie conspurcabantur, atque inde uel saltem ter, quaterue in mense, uel, si semper mundi cenare gaudebant, singulo quoque die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gym- F nasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudoribus conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasijs balnearum usum inuectum rationi consentaneum est. sicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum constituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas sordes ire cogerentur, quemadmodum scribit Vegetius: ita, postquam gymnasia ob exercitationes instituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora construere. Ab hoc autem usu etiam semel tantum in die cenandi, & in stratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copiose demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccatos, &

Libro 1. de re milit.

ab

A ab exercitationibus, uel ſole, uel frigore ardentes corporis partes attemperabant. Nec ſolum dulcibus aquis, ſed & medicatis ob delicias uſos homines teſtatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti conſueuiſſe, quod non poſſent, neque ferrent cibos capere niſi loti, auctor eſt Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de cauſſa interijſſe, ex relationibus corũ, qui aegrotanti miniſtrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Poſidonio medico relatum eſt; ut non temere Plinius in medicos inuectus ſit, quod perſuaſiſſent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non minus ualidus exiret, obedientiſsimi uero efferentur. Summatim ob quattuor cauſas balnea in uſu exſtitiſſe ſcribit Cle-
B mens Alexandrinus. ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγιείας, ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, ſiue ob corpora mundanda, tepefaciendaue, ſiue ob ſanitatem, ſiue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas laſsitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀθεροπωγναφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum ſomnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robuſtiores redderentur, calorq. naturalis intro repulſus maior euaderet; ideoque fere poſt calidas balineas ea adhibebatur. quẽ uſum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Muſam Auguſti medicos, fratres, monſtraſſe refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Maſsilienſis, damnato calidorum balneorum uſu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, atque in lacus aegros mergebat, qua de re extat Senecae adſtipula-
C tio, ſeſe phychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribaſium (ad prorogandam uitam, multaq. alia praeſtanda, frigidam lauationem conferre opinati ſunt; haec enim de ſeipſo refert Agathinus. Equidem ſaepenumero a cena cum aegre in ſomnum delabor, propter aeſtum, in frigidam deſcendere conſueui; & mirabile eſt quam iucundam noctem tranſigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante decimum quartum annum nihil ſoluiſſe, teſtatur Iuuenalis.

In libro de tu. ualet.

Aetius li. 6 cap. 10. Lib. 29. cap. 1.

Lib. 5. pae. dag. c. 9.

Li. xxviij. cap. 4. li. x. colle. cap. 7.

Nec pueri credunt, niſi qui nondum aere lauantur. Sat. 1.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis & Iuuenalis. Sat. 6.
Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

Queritur

Lib.10. Queritur tamen Martialis, quod pluris sibi balnea constarent ubi D scribit, *Balnea post decimam lasso, centumque petuntur.*

Quadrantes. Quod forsan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs cótingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo constituisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cũ ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabantur: sed prae caeteris, phonaschos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam, & asiduis uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in his de Menophilo uersibus significasse. E

3 d comp. med f.G.

Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula vestit,
Vt sit comoedis omnibus vna satis.
Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in vno)
Solicitum voci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, verpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnasiorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei muliebris mentionem ibi facit. F

In fine. 2. ope. & die.

Μηδὲ γυναικείῳ λουτρῷ χρόα φαιδρύνεσθαι.
ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi & faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menstruis recremétis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. quibus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius aeris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue lauandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educationi Romanae minime conuenisse uidetur: ex altera Varronis testimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem

saltem

A saltem loco etiam antiquitus lauisse comprobat, qui libro de analogia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem cõfirmare uidetur, cuius verba apud Gellium ita leguntur: Pudor enim nõ patiebatur vtrũque sexum simul lauari, sed commoditas coniungi desiderabat. Nisi dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel angustisima, & uilisima exstitere, sed de priuatis esse intelligenda: quemadmodum forsan Vitruuius intellexit, ubi utriusque sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero posterioribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurium probatisimorum auctorum testimonijs comprobari potest, inter quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum feminarum mores carpens haec scribit. lib.10.c.3. lib.5.c.10. Sat.6.

B

Grauis occursu, taeterrima uultu
Balnea nocte subit, conchas & castra moueri
Nocte iubet, magno gaudet sudare tumultu,
Cum lassata graui ceciderunt brachia massa
Callidus & cristae digitos impresit Aliptes,
Ac summum dominae femur exclamare coegit,

ex quibus neminem esse existimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuisse, ibique & exercendo, & lauando sine pudore ullo se uiris immiscuisse. quod similiter eius tempestate Martialis confirmauit.

Omnia femineis quare dilecta cateruis Lib.11.
Balnea deuitat Blatara? &
Cum te lucerna balnea'or exstincta lib.3.in Vetustinam.

C

Admittat inter bustuarias moechas.

Clemens Alexandrinus, qui sub Antonino & Seuero floruit, in eo quem Paedagogum inscripsit commentario non modo feminas communes uiris balneas atq. publicas in usu habuisse testatur, sed omni pudore deposito externis quibusque libidinis gratia sese nudas in ipsis spectandas praebuisse. Quos mores postea detestans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu scripta reliquit. Quid uero quae promiscuas balneas adeunt: quae oculis ad libidinem curiosis pudori ac pudicitiae dicata corpora prostituunt, quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, nonne ipsae illecebram uitijs praestant. Cui sententiae multa etiam simillima a D. Hieronymo in Epist. ad Laetam de filiae institutione fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perspectum esse potest, lib.3.c.5.

non pauco tempore eum morem & Romae,& alibi perdurasse,ut D feminae atque uiri in promiscuis balneis lauarentur: quando etiā non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem scribit Dion Cassius uiros discretos a feminis lauari uoluisse: sicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis balneis abstinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis caussa intrarent, sub repudij, & dotis amissionis poena: quod postea in l.fin.titul.de repud.& in autentico de nuptijs pro sancito receptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae muliebres in feminarum dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrippinae E Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra,& quas Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandum forsan hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca fuit, quod quotidie bracchia,& crura abluebant: tot nundinis solum lauabantur. Ceterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus toto corpore lauari. Hora uero usque a temporibus Homeri fere a pluribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. nō deerant tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob quod ipse rigorem sine febre uisum tempore suo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari post cibum lauarentur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominum prius exercebatur, deinde balnea F ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lauabantur. Adnotauit Galenus, antiquos post pilae ludum calidis balneis lauari consueuisse: quod similiter ante illum inuenisse Martialem eo uersu uideri potest.

Epist 87. — Lib. de tre. rig.& spas. — In libro de paruae pilae ludo. — Lib.4.

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine vis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodā significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim accurrerent: alioqui in gelidissima Virgine, quam & tactu iucundissimam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, iam clausis thermis lauabantur. scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquā thermas ante auroram apertas fuisse,& semper ante solis occasum claudi consueuisse, ipsumq. Imperatorem publicarum

Lib.31.c.3.

thermarum

A thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent. Non me latet quosdam alijs horis lauisse, sed uel extra gymnasia, uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei uel consuetudinis, ut scribit Martialis de Fabiano. Lib.5.

Lassus ut in thermas decima, uel serius, hora

Te sequar Agrippae, cum lauer ipse Titi. Hoc certum est, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime à meridiano ad uesperum fuisse constitutum. cum enim semel dumtaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipso opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis testatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris, & Lib.4.

Octauam poteris seruare, lauabimur una. Lib.11.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam neminẽ nisi aegrum lauari uoluit, quam horam etiam Iulium Caes. prioribus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atticũ, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam septimam, nec quemquam admisit, rationes ,, opinor cum Balbo; inde ambulauit in littore, post horam octauã ,, in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus est, accubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde. ,, Sed an perpetuo illam uitae rationem seruaret Caes. haud clare ex ,, eo loco habetur; quando eius solius diei rationem exponit, in qua is secundum multorum consuetudinem uomere destinauerat, atq; ob id ἀδεῶς. i. sine timore, & iucũde ederat, biberatque, ut (quod erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus C posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti διαιτητικὴ a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & κενωτικὴ, quae ad exinanitiones pertinet; haud secius ἐμετικὴ, est illa ἀγωγὴ, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasiorum, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Prusiensis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem breui comparasset, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupore, ut Celsus, Plinius, & Appuleius tradiderunt, uiuere cognouerat,

Lib.13.Ep. ultima.

Hippoc. in libr. de sal. dieta & ibi Gal.

lib. 2. c. 6. 27. na. hist. cap. 3. 4. Flor.

 eum

eum frequentiorem reddidit. Vndecima, ac omnium postrema in gymnasijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uoluptate athletas certantes: spectabat: nilq. aliud erat, quam hemisphoerium quoddam, multis gradibus constructum, unde poterant commode spectatores, qui semper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipsum & xystũ seu peridromidas murus intercederet; atque inde per ostium ex platanonibus gymnasiorum athletae in arena stadij prodirent, & si a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen consentaneum uidetur, uniuersum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam supracitati Capitolini testimonio comprobari potest) muro conclusum, & propterea a gymnasio stadium muri septo diuisum fuisse. De alijs gymnasio fere necessarijs locis, ueluti lignario, uasario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaestrarum descriptione mentio non habeatur, ad nostrumque institutum minus pertineat; sicut nec quomodo ambulationes illae substratis carbonibus, atque cloacis proximis exstruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in describendis xystis praetermissa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exstructas fuisse popinas, quas Isidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inseruisse, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra essent admodum exinaniti, dissolutiue, haberent, ubi statim refici possent. atque has forsan Plinius intellexit Epist. iij. lib. j. quando post balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorum gymnasijs.

De accubitus in cena antiquorum, & semel dumtaxat in die cenandi consuetudinis origine. Cap. XI.



QVONIAM balneorum explicatorum occasio iam suadet, nosque supra polliciti sumus de cenandi semel in die, & in cena accumbendi antiquorum consuetudinis origine sermonem habere; & si extra rem nostram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum est, quin sententiam nostram in medium proponamus, alias eam libentissime mutaturi, si quis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi consentaneam demonstrauerit. Quod etenim maiores nostri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & uespere tantum saturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu usuri erant, quibus a medicis uespere cenare interdictum

fuisse

A fuiſſe ſcripſit Ariſtoteles,& exceptis Syracuſanis,quos bis in die cibis impleri,quaſi res noua eſſet,tradit Plato) ſatis ab Horatio,Martiale, Plutarcho,atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum eſt: ſed de his ſuſius & melius in uarijs lectionibus noſtris tractatum eſt. quod ſimiliter fere omnes dum cenabant in ſtratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare oſtendentes, doctiſsimus Philander in ſuis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum teſtimonijs clarum fecit, ut id amplius demonſtrandi laborem mihi omnem dempſerit. Ceterum unde nam hae duae conſuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, ſiue ex antiquis, ſiue ex recentioribus ita appoſite & diligenter declarauit, quin poſteris dubitandi, & plura deſiderandi occaſionem reliquerit. Quod an ob B rei obſcuritatem, an ob neglectum euenerit, ignoro. Ego ſane utraſque illas, & accubitus ſcilicet, & unius in die cenae conſuetudines a balneorum uſu manaſſe exiſtimo. & primo ut ita de accubitu ſentiam, pluribus, iiſque non ſpernendis coniecturis adducor; quarum prima eſt, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi ſedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

ἐς δ᾽ ἦλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα 1.Odyſſ.
ἑξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε: id eſt,

At proci ingreſsi ſunt, qui mox inde ſuperbi
Ordine ſederunt ſcamnis, & ordine thronis

& ubi Telemachus, eiuſq. ſocius a Menelao hoſpitio accepti poſt lotionem cenant ſedentes.

C ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ᾽ Ἀτρείδην Μενέλαον: id eſt,

Thronis ſedebant prope Atridem Menelaum,

ſicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti creſcente paullatim balneorum uſu, una quoq. huiuſcemodi accubitus incrementum, praeſertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando ſcilicet uiri tantũ,& non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & Iſidorus ex Varrone teſtati ſunt, accũbebant, nec cum ipſis lauabantur, & ſi Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuiſſe legatur apud Athenaeum. Nam & Ariſtotelis tempore Graecos diſcubuiſſe in publicis cenis credi poteſt ex eius in 7. Politic. ſcriptis, ubi puerorum inſtitutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priuſquam in commenſationibus cum alijs diſcumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate uſque ad Galeni,

Margin notes: 3.partic. Prob. 32. Epiſt. ad Dionem. — 20. Etym. — dip. noſ.

atque etiam Constantini Imperatoris tēpora, cum in frequētissimo usu balnea essent, non solum penes diuites, atq. nobiles, uerum etiā quoscunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes simul accumbebant, sicuti hisce uersibus innuit Ouidius. D

2. de arte amandi.

Ergo vbi contigerint positi tibi munera Bacchi,
Atque erit in socij femina parte thori. &,

lib. 1 amorum. Eleg. 4.

Cum premet ille torum, vultu comes ipsa modesto
Ibis, vt accumbas.

lib. 2. c 2.

& sicuti Valerius idē de aetate sua scribit. Quamquā apud Graecos numquā mulieres accubuisse iij. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diuerso situ mulieres a uiris accūbentes cenasse rationi consentaneum est: nō solum, quod honestatis, atq. dignitatis utriusq. ratio ita postulasse uidetur, sed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cū uiris accūbentes repraesentantur, illae certe figura quadam ab ipsis aliquo pacto diuersa, quasiq. sedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accūbentes, & edentes cōspiciuntur. At quo pacto uiri accūberent, operae preciū me facturū auguror, si postquā locus inuitat, breuiter explicuero. Viros.n. scribit Plutarchus, in principio cenae cubito sinistro innixos pectoribus (ita interpretor πλαστεῖς) mensam, ut plurimū tetigisse· quo sola dextera manu illā circumire possent, in fine uero se ipsos in latus ita, ut acutā corporis figurā, redderēt, uertisse. οὐ κατ' ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς χώρας ἁπτομένους. i. non secundum latitudinē, sed longitudinē locū tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, siue sit Aphrodisiensis, siue Trallianus, ut magis suspicor) libro problem. primo probl. 82. clariorem facit: ubi inter alias caussas, ob quas ueteres in principio cenae arctius accumbebant, hanc esse unam putat, quod tunc ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος disponebantur: satiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebāt, capite erecto ac humeris, spina uero dorsi modice reflexa, ac reliquo corpore resupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uolebant in latera uersus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis. E F

5. Sympt. Prob. 6.

Nam plurima dixit

Saty 4.

In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad velaria raptos.

saturati pariter interdum unū in latus, nōnumquā supra dorsum supini, saepe more sedentiū sese cōponebant. Sertoriū enim cū molestas importunorū cōuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur mutata discumbendi forma sese supinū locasse, atq. inde facilius

A cilius ab iniquiſsimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum eſſe in ipſius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mēſis apud ueteres hunc in modū fieret, praeter allata ſcriptorū teſtimonia locupletiſsimā fidē unicuiq. facere poſſunt duae, quas infra ponendas curauimus, picturae, quarū alteram ad tripodē coenātium, ut plerumq. ſolebāt, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetuſtis monumentis cōmunicauit, alteram ex antiquiſsimo, & omnium rariſsimo marmore, quod in Paulli Rhamnuſij uiri optimi, ac bonarū litterarum, omniūq. pulcherrimarū rerū ſtudioſiſsimi, luculentis aedibus Patauij conſpicitur, accurate, & fideliter repraeſentari fecimus. Ex hac nāq. poſtrema, nō modo ſententia noſtra, de uera accubitus forma, quā primi forſan omniū Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauiſsimis uiris, & poſtre-
B mo Patauij Ligorio, abſq. marmoris ullius teſtimonio, ac ſola coniectura propoſuimus, librorumq. auctoritatibus tutati ſumus, aper tiſsime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia perſpicuo cognoſcitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitū uarijs modis deſcribere aggreſsi ſunt, opiniones refelluntur, ſimul plura ſcriptorū obſcura & praeclara loca illuſtrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarū artiū, & antiquitatis amatores in primis doctiſsimi uiri Io. Baptiſtae, qui lapidē cōparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnuſio filio, qui eum egregie cuſtodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei qđ Plutarchus de loco cōſulari, nec nō de tribus tricliniorū lectis diſſeruit, iam non obſcurū eſt, quā mirifice quadret propoſita triclinij Rhamnuſiani fi- 1. de ſymp. probl. 3.
C gura. Similiter, & q̃ ab Horatio de cōuiuarū ſitu uarijs in locis narrantur, nō aliunde melius intēlligi poſſunt, p̄ſertim quādo ſcribit.

Saepe tribus lectis videas coenare quaternos Lib. 1.
E quibus vnus auet, quauis aſpergere cunctos Sat. 4.
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locū dum Lambinus exponeret, cur antiquos cōſueuiſſe in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam aſſeruerit, ſane miror, quaſi non ſit cuiq. perſpectiſsimum, ut narrat Varro, leges exſtitiſſe quae numerum conuiuarum nouē excedere, nec pauciores tribus eſſe uetabant, ſicut & adagium illud uulgatiſsimum, ſeptem conuiuiū, nouē conuiciū, atteſtatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorē praeter exempla maiorum, cum duodecim ſolemni cōuiuio primum accubuiſſe, ita ut prioribus ſaeculis potius ternos, atque pauciores adhuc ſingulo lecto conuiuas diſcumbere ſolitos fuiſſe conuincatur: niſi epula publica, &

nuptiales cenas excipiamus, in quas cum magna hominũ copia con D
5. Symp. 5. ueniret, nequàquã accũbentiũ numerus seruari poterat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur, quo uel epulũ publicũ, uel nuptialẽ coenam repraesentari non est dubitandum, ut ob hoc Chacrephon apud Athenaeũ in vj. uideatur admittere conuiuas triginta dũtaxat in nuptijs, in quibus uerisimile est necessarium fuisse uocatorem illum cuius meminit Seneca lib. iij. de iv. cap. xxxvij. & qui secundum cuiusque dignitatem conuiuas ad loca debita uocabat. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo, at forsan nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponatur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarũ testimonia cõuiuijs semper frigidam, & calidam praebuisse ostẽdunt, quẽque cunctos, ne ab ipso male tractarentur, reueritos esse, & a quo E mordẽdo abstinuisse uerisimile fit. Iam uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenantis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnusiani triclinij figura, secus quam pictores antiquarum rerũ ignari faciant, & quã Gaietanus Cardinalis inutiliter commentatus est facile conijcitur, etenim hebreos, ac Christum accumbendi Romanorum consuetudinem obseruasse praeter Architriclini accubitusq. nomen in Euãgelijs saepe usurpatum etiam id testari potest, quod uidi frequẽter Romae conuersarentur, similiterq. Romani in Iudea, ac in usu positum sit ut populi principum mores frequenter aemolentur, neq. pariter, arduum est percipere quid Martialis significare hoc disticho uoluerit.

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obsonia tradas* F
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?

Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebantur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & ablata recipere facile erat, seruos namque ad pedes cenantium stare solitos ex multorum scriptis intelligere licet. Seneca lib. iij. de beneficijs. Seruus qui cenãti ad pedes steterat, narrat, quod inter cenam ebrius „ dixisset. Martialis. Mixto lagenam ad pedes replet uino. Suetonius „ in Galba. cap. 22. Inter cenam uero usque eo abundantem, ut con„ gestas super manus reliquias circumferri iuberet spargique ad pedes stantibus, sed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo uulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memoriae prodidit Varro. scilicet quo tempore usus camerae ignorabatur, uela ad excipiendum puluerem ne super mensas spargeretur, atque dapes

simul

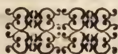
A ſimul conſpurcaret, & conuiuas, ſolita in triclinijs ſuſpendi atque ab Horatio aulaea uocata, his carminibus deſignari.

Interea ſuſpenſa graues aulaea ruinas
In patinam fecere, trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo campanis excitat agris.

quem morem hodie Principes & Monarchas ſeruare compertum eſt: apud quos, menſas ſub quibuſdam ueluti tentorijs ſericeis parari ſaepe uidemus. Alterum eſt, quod in uarijs noſtris lectionibus docuimus, priſcis illis temporibus priuſquam coronae ex floribus, herbis, & auro in uſum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compeſcendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire ſolitos. quod minime puto abſq. ratione fuiſſe excogitatum, cum B uenae arteriae, caeterique capitis meatus, quo magis coacti, atque adſtricti ſunt, eo minus uapores a uino, & cibis ſurſum elatos, ſimulque moleſtias uarias inducentes recipiant. Tertium eſt, id quod luculentiſsime Athenaeus tractauit, apud quem ſcriptum & probatum inuenitur, priſcos illos primum cornibus boum potaſſe, indeque κεράσαι, id eſt temperare uinum aqua ἀπὸ τῶν κεράτων id eſt, a cornibus uocatum eſſe: tum cornua illa non ſolum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea eſſe facta, illiſque conuiuas ſibiipſis mutuo propinare conſueuiſſe: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnuſianum eſſe uetuſtiſsimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae laneis, ſeu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clariſsime repraeſentantur, una cum alijs inſtrumentis nonnullis in dextro margine expreſsis, quae alijs, in antiquitate explicanda magis uerſatis, relinquo declaranda; quos etiam monitos cupio, ne ſi quae diſcumbentium, & menſarum figurae in hoc ipſo triclinio minus integrae conſpiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut eſt hodie marmor ipſum uetuſtate corroſum, & pene deletum, repraeſentare ſatius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem noſtram ſuſpectam reddere.

Dipnoſo. phiſtō. 11.

C




ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij, in Ædibus Rhamnusianis, post Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod supra proposuerã rediens dico, cũ & lauãdi, D
& accũbendi mores simul introduci, augeriq. coeperint, verisimile fieri, alterum eorũ ab altero ortum duxisse: non autẽ est dicendũ ab accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortũ duxisse: igitur remanet ut accubitus a balneis principiũ habuerit. Secunda ratio est, qđ ueteres usq. ab Homeri tẽporib. statim post balnea coenitabãt, quinimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur, mensas prope locũ ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si cõmoditatis, uoluptatis, ac ualetudinis rationes cõsideremus, ualde rationi cõsentaneũ erat, illos praesertim, quibus priuata erant domi balnea, iam lotos, & detersos, ne noxã ullã incurrerent, sed lassitudinẽ effugerẽt, lectulos ingredi, a quibus nõ discederẽt, sed mox prope mensas, & coenã parari curarẽt, sicq. comederẽt, perinde ac tẽpestate nostra maior pars eorũ medicorũ faciẽdum iubet, qui aut ualetudina- E
rios, aut etiã sanos lauari mãdant, nã κλισμοὶ illi, in quibus procos lotos Homerus sedere facit, dũ coenant, haud multũ lectulis accubitorijs dissimiles erant, ut hinc quoq. conijcere ualeamus, tunc accũbendi morẽ principiũ quoddã obscurum habuisse; quod posterioribus deinde saeculis paullatim crescens in eam formã terminatum
li. 14. c. 22. sit. Nã & Plinius hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quãdo nõnullos uino nimiũ deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicamq. induere nõ paterẽtur; sed nudi protinus ad bibendũ accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neq. ob uoluptatẽ, cõmoditatẽue ullã aliã, aut honestatẽ ita accũbere inchoarint, quãdo si sedẽtes, atq. accũbentes in cenando inuicẽ cõparemus, illi ualde maiori cõmoditate, facilitate, dignitate, ac honestate utũtur, quã accũbentes: conijciendũ uidetur aliqua alia iusta ratione cõsuetudi- F
nẽ illã inuectam fuisse, quae opinione mea, nulla alia fuit, nisi quia quotidie lauabantur; a lotione ne offenderentur, lassitudinemue incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingrediebantur, atq. ibi uel lacerna alias ueste nuptiali uocata induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur, mensas sibi ipsis apparari iubebant. Ex quo paullatim huiuscemodi cõsuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensae, & lecti simul pararẽtur, uerũ etiam magnum dedecus foret, si quis coenans nõ accubuisset, ut ex hisce Plauti in sticho uerbis colligitur, potius in subsellio Cynice accipiemur, quam in lectis, & ut Martialis significauit, ubi Syriscũ damnat, quod in popinis sellularijs non accũbens coenaret. Quod si quis sentẽtiae nostrae id refragari uelit, qđ uerisimile nequaquã uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis priuatis,

A uatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnasiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime credendum esse, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, semper antea lauisse, quando praesertim, ex Plauto, Terẽtio, & ex lapidibus Romanis scitur accubituris soccos & soleas detrahi solitum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc discessisse, & quãdo similiter constat triclinia a balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebãt, diuersos exstitisse. Huic primo respondeo, minime mihi constare, quòd omnes indiscriminatim semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi balneas ha-
B bebant, quando Horatius priuatam sui ipsius uiuendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur, lib. 1. Ser. epist. 6.

Infusum sibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriscus
In sellariolis vagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta est gula centies comesse.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed esto quod accumberent, quin etiã omnes lauarentur, minime negari potest, cum uel rarissime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionẽ quoq. aliquo pacto nomi-
C nari appareat. De publicis epulis, atq. nuptialibus conuiuijs, fateor quidẽ omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiã quilibet ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur imo uerisimile fit, accessuros ad publica, uel priuata amicorũ cõuiuia prius se lauisse, ne sordibus in die necessitate quadã contractis infecti, ceteros mundiores perturbarẽt, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos, iam uero soleas, & sochos accubituris detrahẽdi mos certũ argumẽtum est prius sese lauare consueuisse an ne inter eundum a balneis ad lectos pedes conspurcarentur ijs tegere consueuisse, dumque accumberent semper detraxisse, ac forte Apostolos lotos, dum ad cubitum cum Christo irent neque soleas, neque sochos quibus minime utebantur habuisse propterea audiuisse a Christo sese quidem lotos fuisse, sed ut pedes lauarentur indiguisse. Addo huic nequaquam

quam

quam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuisse cenātes, quia statim e balneis exirent, sed existimo accubitus originē inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram lassitudinē uitandam post modicum tēporis interuallū lectos intrarent, atq. ibi modo nudi, modo lacernis, alijs ue in id paratis uestibus induti cenarent, atq. inde mox aucta balneorum cōsuetudine usq. adeo accumbēdi morem creuisse, ut nobiliores in delicijs maximis eum habētes, lectos nunc marmoreos, nunc argentos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim exstrui curarint, neq. in ijs, in quibus tamen quā plures, (ut de Lucio Vero Imperatore tradit Capitolinus, & pręcipue pauperes dormire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quē morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationē, tam a balneis quā illoti, ita frequentissimum esse E

lib. 11. de re rust. c. 1. cerūt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris diebus accūbens cenaret; in qua re non secus cōtigit, ac euenisse cōspicitur in balneis, atq. plurimis alijs rebus, quae in honestū usum, & quasi necessitate quadā primū repertae, deinceps ad luxū, lasciuiā, uoluptatē, aliosq. usus traductae fuerunt. Quis est, qui nesciat ueteres in cōuiuijs oēs prope excogitasse uoluptates, nihilq. reliquisse, quod ad deliniendos animos faceret: sic enim sermones cōuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerūt, ad auditum oblectandū musicae uaria genera adhibuerunt, unguēta pre

3. Symp. Prob. 1. tiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusque

6. de simp. cōtextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides

cap. de anetho. Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testantur, tenebāt;

quo fragrātia, & colore naribus, atq. oculis arriderent, somnū con F

2. Paeda. cap. 8. ciliarent, ebrietatē uitarent. quantū porro cibis, & potibus delicatissimis cōquirendis studiū adhibuerint, nō modo fidē faciunt sex-

li. 7. ca. 15. decim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romā aduecta, atq. alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerū etiā multa, & prope innumera Auctorum de re coquinaria cōmentaria ab Athenaeo citata. De antiquorū in die semel tantū sese cibis implendi cōsuetudine, eius etiā opinionis sum, ut cū ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix semel comedendi in die otiū ipsis suppeteret: quoniā si priuata cuiusq. negotia spectemus, si & exercitationū, & balneorum, accubitusq. apparatum cōsideremus, magna tēporis pars ipsis in sumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia omittere, aut

A aut balnea interdum uētre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine, & in alia uitae ratione cōmittere fuissent coacti. Comedendi uero horā, & modū balneorum tēpore, atq. cōmoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere, qui si interdū ob aegrotantiū inspectiones tardius se lauandum dubitabat, panē mane sumebat, quo cenae tempori sufficere ualeret, quando alij simili de caussa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed etiam Horatius, ubi de se scribit. 6.de tu.ua.

Pransus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in caussa fuisse praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset post exercitationes, balnea, & cibum, agēdis rebus operam nauare;
B praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur, alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant: ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inueniebatur, quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncque perspicuum est plus edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, & cenae antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.

De Auctoribus Gymnasticae, & gymnasiorum ministris. Cap. XII.



C VEMADMODVM ceterae artes proprios auctores habuerunt, qui earū facultates, regulas, atq. usum scriptis mandarūt: similiter gymnasticā illis nequaquā caruisse cōstat qui & ipsam uoluminibus illustrarint, & ab obliuione uindicarint; sed factū est, ut quam iacturā plurimae res hominum subierunt, isti quoq. auctores fecerint, quando quidē hisce tēporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a Graecis, atq. Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissima cōmentaria nisi hodie desiderarentur, forsan haec ars, quae iam dudum pene abolita est, nō minus ceteris dignitatis, atq. splēdoris haberet, neq. nos hunc laborē ad lucē eam reuocādi assumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto celebrata cōmentaria: quibus dū nos carere cōsidero,

non

non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab in- D
cepta opera ualde deterreri, sed haec dimittentes iam gymnasiorum ministros declaremus, inter quos primum locū tenebat gymnasiarchus, cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere, ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publi-
In Bacc. corum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus
» apud Plautum gymnasij praefectum uocauit his uerbis: Ante so-
» lem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymnasij praefecto
» haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnasiarchum colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animaduertere ma-
» gno Imperio consueuisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus
» docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: Demoliendum curauit Demetrius gymnasiarchus, quod is loco: illi praeerat. Secun- E
dum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & denique cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conijcitur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris notata a nobis sic latine reddita est.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMO- F
DORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPATVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sententia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam luctantium dumtaxat magister erat, cum xystarchus plurium exercitationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum
6. Epidim. sect. 8. prope finem. decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod

non

A non solũ ipse luctaretur, uerũ etiã palaestra curam haberet. Agonistarchã uero eũ fuisse puto, qui certaminũ publicorũ p̃fectus esset, quiue & in amphitheatris, & in gymnasijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus suum obibat. eius habetur mentio in hac uetusta inscriptione a Ligorio mihi cõmunicata.

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
AGONISTARCHA. COM-
MODIANVS.

B Post hos aderat Gymnastes, quẽ Galenus secundo de tu. ual. uoluit magistrum omniũ exercitationũ exstitisse, qui eorũ uires, ac potentias ad sanitatẽ cõducẽtes callens, quo modo fieri deberent, quã diu, & q̃ quibus cõuenirent, tam athletas, quã ceteros oẽs exercitatores edocebat; eo qđ uel medicus esset, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi si quis seruũ aegrũ medico, aut gymnastae uẽdat, nõ esse redhibendũ uult, quasi uterq. languẽtes sanis dignoscere scire debeat, immo Basilius hom. in Hexameron xj. de hominis natura aeque Gymnastẽ, ac medicũ speculari, & quaerere solitũ docet. hũc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnastem appellauit, Plato uero Paedotribam, referẽte Galeno, uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicũ medicum qui primus gymasticam medicinae iunxit, Paedotribam nomina- In lib. ad Thras.
C uit, & in Protagora ita scriptum reliquit: ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματά βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exsistenti inseruiant. Galenus tamen in consilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuisse tempore suo, tradit. Brogymnasios uidetur Seneca epist. 83. eos uocasse qui simul exercẽtur uocabulo (quod equidẽ sciam) nulli alteri usurpato, quãquam Muretus progymnastas legendũ maluerit in suis ad eum locum notis. Ἀλείπτην quoque ab Aristotele 2. Ethic. cap. 6. a Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: si quidem Celsus, ubi dixit sanum hominem nullis sese legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium nisi gymnastam intelligere uoluit; sicuti etiam lib. 3. c. 47. lib. 1. c. 1.

Cicero

Cicero in epiſtola quadam ad Lentulum, in qua haec ſcripta repe- D
„ riuntur: Sed uellem non ſolum ſalutis meae, quemadmodum me-
„ dici, ſed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo-
„ luiſſent. Ex quo clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, ſanitatem per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipſo, uel pro unctorum magiſtro aliptam accipi ſciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum ſaepius uidere eſt. quo in caſu Hippocratem ἐξαλείπτην potius dicere uoluiſſe, notat Galenus in linguarum explanatione. Poſt Gymnaſtem erat

In lib. ad Tharſ.

Paedotriba, qui licet ſecundum Platonem ab eo differre non uideretur, Galenus tamen eos ualde diuerſos fuiſſe ſcribit, dum Gymnaſtam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo aſsimilat, merumque gymnaſtes miniſtrum nuncupat. nam ſicuti miles nihil eorum, quae ad bellicam ſcientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, ſed alter Imperatoris, alter medici dumtaxat mandata exſequitur, pariter Paedotriba exercitationum omniũ facultatem ignorabat, gymnaſtaeque praecepta ſolum faciebat, utpote qui & uſum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, ſed ob ignorantiam ſaepenumero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit, difficile fuiſſe prudentem paedotribam inuenire. Hanc gymnaſtae, & paedotribae differentiam Ariſtoteles quoque philoſophus cognouiſſe uidetur, dum 8. Politicorum concludit, Adoleſcentes gymnaſticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera E

Cap. 3.

operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην ἔτι τὴν δύναμιν. Gymnaſtes itaque erat praefectus exercitationũ, paedotriba uero miniſter, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione reſpondens, facere panes, obſonia, aedes ſcientibus quidem, minime tamen, quid in ipſis optimum ſit, quid non optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipſorum unumquodque ad ſanitatem haberet, non dignoſcentibus. Haec duo nomina apud Homerum non exſiſtere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, ſemina dumtaxat artis gymnaſticae tunc temporis apparebãt, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex, & miniſter erant. Aderat & Sphaeriſticus, eorum, qui pila ludebãt, F

li. 2. de tu. ual.

inſtitutor, ac ueluti paedotriba, qui ille, ſecundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulſumue callebat, minime tamen,

quem

A quem corpori affectum parerent hi, noſcebat. Aderant ſerui fricandis corporibus deſtinati, qui ad praeſcriptum gymnaſtae, aut paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias aſperis, alias mediocribus, uario, ac diuerſo modo, prout opus erat, corpora fricabant. Poſt hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celſo nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: ſed decepti ſunt, cum alium fuiſſe ab his ἰατραλείπτην oſtenderimus. Mediaſtini quoque gymnaſijs miniſtrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro ſeruitijs gymnaſiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclariſsima monumenta hanc inſcriptionem habet, in qua Mediaſtinorum fit mentio. lib. 3 c. 45.

B

DIIS. MANIBVS. S.
TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L.
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
C AVG. N. FAC. CVR

Aderant ſerui balneares, lotos in balneis primo cum ſpongijs, modo purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cum linteis exſiccantes. hos quoque arbitror ego conſueuiſſe ſtrigilibus corpora exercitatorum diſtringere, atque a ſtrigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui ſphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum exſtingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis luſores pilae, utpote obſtrepentes intelligendos putant, male ſententias Martialis & Statij, de quibus nos locis ſuis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (ut refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praeſertim alis pilos adhibebantur: niſi uelimus, ut docti uiri cenſuerunt, pedicrepos, & alipedos apud Senecam legere, quaſi in gymnaſijs eſſent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipſos magna uoce ſingulos enumerarent, ita Ep. ſt. 57.

ut

ut Seneca ab huiuſcemodi uocibus offenderetur. quorũ tamẽ ſentẽ- D
tiã non probo, quod Iuuenalis certo teſtatũ faciat, fuiſſe in thermis,
qui ab alis pilos auellerent, ubi ſeruos ſuos deſcribens Perſico ait:

Sat. 11. *Nec pugillares defert in balnea raucus*
Teſticulos, nec vellendas iam praebuit alas.

Atque hos modo uolſellis ad id obeundum uſos eſſe: nunc reſina, (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuiſſe confitetur Plinius) nunc pſilothris, opinor. quando narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas cenſores, coactos aliquando fuiſſe, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnaſiorum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus ſupra locuti ſumus. Miniſtrabant praeterea gymnaſijs uariarum rerum uenditores, ut poſſent illi, qui in ipſis uerſabantur, & cupiditatibus, & neceſsitatibus ſatisfacere. inter quos adnumerantur a Seneca libarij, hoc eſt, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, cruſtularij. &, quoniam inter exercendum ſaepe uulnera, contuſiones, contorſiones, luxationes, multaque alia fieri ſolent, ob id gymnaſia medicos ſimiliter habuiſſe opinor, qui mane & ueſpere huiuſmodi caſibus occurrendi, atq. medendi gratia praeſto adeſſent, quemadmodum & in ludis, ſeu publicis ſpectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuẽtae ſint hae duae antiquae marmoreae inſcriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

lib.14.cap. 20. lib.29. cap.1.

E

DIS. MANIBVS
M. CALPVRNIO. M. F. MEN
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M. CALPVRNIVS. M. F. MEN
HILARIVS. MEDICVS
LVDI. MAGNI
FRATRI. PIISSIMO. FEC

F

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI
MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIVGI
CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS
LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui

A Qui autem essent ludi Matutini, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuius perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios; gladiatores autē meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorū confluebant ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina; ut iure omnes,
B & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationē sint insectati. Non est tamen illud ignorandū, scholas quasdā Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tēpus utendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, spaeristiricus, fricator, reunctor, & mediastinus, pilierepus, alipilus, lanitor, fornacator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

C *De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima siue medica, & uitiosa seu athletica. Cap. XIII.*



VICVMQVE artem, aut rem aliquā sibi exacte tractandam proponunt, operae pretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae similem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores aequiuocatione decepti uel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractare proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeq. sint gymnasticae circa eadem fere uersantes. necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus gymnasti-

cae totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut Galeni D
more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam: haec omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemque habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiam supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinae pars id solum curat, vt homines exercitationum moderatarum ope; & sanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiscan-
In lib. de Philos. tur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, idest, Fateor haud
" multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inserere. Hoc ita esse quoniam Galenus tũ in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauit, & nos quoq. superius aliqua ad hanc spe E
ciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, sed ad Bellicam transibo: cuius unũ dudũ erat homines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nõ esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum edu- F
cationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequẽdam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe prosecutus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quae mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

Ga-

A Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legitimam celebrat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bono habitui comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cuncta sua studia dirigat; atque illi qui medicinae gymnasticae operam nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter latinos quantopere conferret haec gymnastica militiae, quomodoque addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militari libris luculenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiuscemodi ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas est etiam gymnastica alia uitiosa, & athletica a Galeno nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ ξύλα comminuere solitum scri-
B psit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri possent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱερὰς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuscemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando sacrorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥᾳδίως προτερήσαντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, idest, Quemadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca-
C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnasijs, uel alijs publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes secundum Iulij Pollucis sententiam huiuscemodi certatores commu- Lib. 2.
ne habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt simplici nomine uel a fine, qui ἄθλον, siue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου idest a certamine nisi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, siue ἀπὸ τῆς In suas ar.
ἀθλιότητος deductum, ad significandam huiusce generis homi- ad 60. ar.
num incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere. Dixi quoscumque exercitatores tales gratia praemij certantes simplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnasticae bellicae professoribus interdum eo nomine, sed non simplici utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in 3. de Repu.

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: κομψοτέρας δή τινος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οὕς γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι, idest, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam uigiles canes esse necessarium est. & rursum septimo de republi. τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγοι ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; idest, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes esse debere diximus? Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato athletas appellat gymnasticae bellicae exercitatores, semper apponit, πολεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud, ut in fine septimi de legibus, τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, non ob aliam rationem, nisi ut eos ab athletis ueris distinguat. Quare concludens dico, primae, & secundae gymnasticae professores numquam proprie athletas uocari, sed tantum professores tertiae, quo nomine uere proprie palaestritas, pugiles pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie uocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro. qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propositum haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdū totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est cibus ex suillis carnibus, quibus soli ueri athletae uescebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod solum uincere, & coronam assequi studerent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & sanitati tuendae; uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gymnasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersantes communi nomine gymnasticae uocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans, uitiosa appellata sit: quaeue robori, non sanitati operam daret: robur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristoteles viij. sect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, sanitati uero rarum conuenire scribit.

A *De uitiosa Gymnastica, siue Athletica. Cap. XIV.*



OSTQVAM de bellica gymnastica, atq. etiā de gymnastica simplici, quātum ad praesens negotium spectabat, satis diseruimus, iam opportunum erit de athletica sermonē habere. quae quoniā tēporibus Galeni, atq. etiā superioribus maximā auctoritatem sibi uendicauerat ideo ei opus fuit, ut eam longissima oratione, atq. impurissimis contumeliosissimisq. uerbis insectaretur. quod quā sapienter simul ac iuste fecerit, ex his q̄ de illius professorū moribus aliisq. conditionibus dicturus sum, facillime clarū futurum spero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, athleticā ab Hercule olympiae inuentā fuisse: ut tota haec ars duos parētes habuerit, qui tametsi insignes fuerint, atq. artem illustrē & admiratione dignam B primo condiderint, illa tamen lōgo postea tēporis interuallo, atq. prauis hominū moribus ita corrupta, ac adulterata est, ut verius κακοτεχνίας, quā artis nomen ei cōuenisse dixerit Galenus, si quidem illius exercitatores dum spe victoriae, & praemij (quorū gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori incrassando, roboriq. cōparando nimium incumbebant, mentē etiā crassam, sensusq. omnes hebetes, torpidos, ac segnes reddebant. unde non immerito Plato athletas somnolentos, segnes, ignauos, desides uertiginosos, tandemq. morbosos nuncupauit: Hippocratē medicum secutus, qui habitus athletarū ueluti periculosos, maximisq. aegritudinibus obnoxios ubique detestatus est, sicut & Plutarchus eos satis atq. gymnasiorū columnis similes effecit, alias itē confessus quod Graecis nihil aliud mollitiē, atq. seruitutē inuexerit, nisi haec C gymnastica uitiosa, cuius opera torpentes atq. relanguescentes ab armis delapsi sunt, cōtenti pro strenuis, atq. fortibus militibus seipsos bonos palaestritas, & athletas dici. Porro hāc rem ita esse nemo sane dubitabit, si totā eius naturam breuissima oratione ab Aristotele explicatā perpenderit: is enim in primo Rhetoricorum libro de Agonistica (sic etiā athleticam appellatā superius diximus) haec scripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γὰρ ὁ ταχὺς ἰσχυρός ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόρρω, δρομικὸς, ὁ δὲ θλίβειν, καὶ κατέχειν, παλαιστικὸς, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτικὸς, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τούτοις, παγκρατιαστικὸς; ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος. i. Agonistica autem corporis uirtus ex magnitudine, & robore, & celeritate cōponitur: nam & celer fortis est: qui. n. quodammodo crura

In suas. ad bo. ar.

lib. 7. c. 56.

In lib. ad Thras.

Tertio de repub.

1 Aph. lib.

In lib. de tu. ual.

Cap. 5.

proiicere,& uelociter,ac longe mouere poteſt,curſor,qui uero cō- D
primere,& cōtinere luctator;qui percuſsione impellere, pugil; qui
autē utriſq. his,pācratiaſtes,qui uero omnibus his,quinquertio eſt.
Ex quibus clare patet athletarū omniū inſtitutionē, atq. diſciplinā
huc tantum ſpectaſſe,ut corporis magnitudinē,robur,atq. celerita
tem cōpararent,quibus ſoli ceteros antagoniſtas ſuperare, & prae-
mio honoreq. potiri ualerent : id quod licet pluribus certaminum
generibus cōtenderent,quinq. tamē praecipua erant,in quibus uel
ſemper,uel plerūq. tā in ſacris certaminib. quā in ludis, amphithea
tris,& publicis ſpectaculis, ſed praeſertim in ſtadio, quod fere ſolis
athletis proprie deſtinatū erat,certabant,lucta,pugilatus, curſus,ſal
tus,& diſcus. unde luctatores,pugiles,curſores,ſaltatores, diſcoboli
nuncupabātur,qui ſeparatim in ſingulis pollerēt, ſicuti Pācratiaſta
dicebatur,qui in lucta,& pugilatu ualebat:qui uero in cūctis quin- E
que,pētathlus,& uocabulo Romano quinquertius uocabāt,ut do-
cet Feſtus etſi Quinquertiones apud Liuiū Andronicū athletas ſi-
gnificare ſcribat idē Feſtus, apud quē etiā perihodon uiciſſe diceba
tur is,qui Pythia,Iſthmia,Nemea,Olympia uiciſſet,nomine a cir-
cuitu eorū ſpectaculorū accepto. Erant poſtmodū Halteres,iacula,
atq. nōnulla alia,quorū quoq. certamina athletae obibant,at in pu
blicis ludurū,& ſacrorū certaminum celebrationibus raro illa per-
agebātur,una excepta monomachia,quā Graecos ſacerdotes aeſtā-
tis tēpore in Pergamo exercere cōſueuiſſe memoriae prodidit Gale
3.d art.23. nus . Quamquam monomachos, ſiue gladiatores apud ueteres ab
Athletis diuerſos fuiſſe ſciā,quod M.Cicero teſtatū fecit Epiſt.fam.
lib.vij.Epiſt.j.his uerbis, Nā quid ego te athletas putē deſiderare,q
gladiatores cōtempſeris? Niſi dicamus qđ memoriae proditū habe- F
tur à Dionyſio Halic.antiq.Rom. lib. x. athletas alios fuiſſe leuio-
rū,alios grauiorū certaminū,atq. hos poſteriores fuiſſe gladiatores.
De ijs in Digeſtorū lib.9.t.l.Aquilia ab Vlpiano ſcriptū reperio:Si
in collutatione uel in pācratio, uel pugiles dum inter ſe exercētur
alius aliū occiderit,ceſſat Aquilia,qa gloriae cauſſa & uirtutis,non
iniuriae, uidetur damnū datū. unde patere arbitror apud Maiores
hāc athleticā in maxima exiſtimatione habitā.cuius ea erat ratio,qđ
homines ſemper illas res extollere, ac honore dignas efficere ſolēt,
a quibus uoluptates,ac delectationes obtinere ſtudent. ob quod cū
athletica in publicis ludis ceteriſq. ſpectaculis maximas uoluptates
publice afferret,in honore habita atq. a multis expetita fuit: quādo
lib.16.c.4. athletis ludos ingrediētibus ut refert Plinius oēs aſſurgebant,etiam
ſenatus,ijq. ſenatui proxime ſedebāt,necnō cū patribus,auis pater-

A nis a quibus suis muneribus uacabāt, & uictores in patrias triūphātes inuehebātur, immo Athletis ingenuos caedere, atque becidere, qđ alijs uetabāt leges, nō modo licuisse, uerū etiā honorificū fuisse auctor est in iij. hypot. Pyrrhon. Sextus Empiricus. Ne dicā, qđ Eusebius in v. de Praeparatione euāgelica multo sermone damnat ueteres, s. eo superstitionis, atq. insaniae interdū deuenisse, ut pugiles, atque athletas in Deorū numerū referrēt. Quibus oībus rationibus satis clarū esse pōt, athleticā antiquitus magnae auctoritatis fuisse: & propterea nō temere illā Galenū insectatū esse, dum animaduerteret, quantū dāni ex ea artis athleticae reputatione humano generi accederet; si qdē nō modo cūcta animi, uerū ēt corporis bona; ita corrūpebātur, ut nihil inueniri posset, qđ maius hominib. q gloriae, & pmiorū ratione illā undiq. ambiebant, detrimentū afferret, quēad-
B modū Euripides quoq. elegantissime testatus fuit sub hisce uerbis.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ᾽ ἑλλάδα,
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους· — Gal. 1 sua. ad bo.ar.
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὐδὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ᾽ ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἔστ᾽ ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ᾽ ἡττημένος,
Κτήσαιτ᾽ ἂν ὄλβον εἰς ὑπερβολὴν πατρός;
Οὐδ᾽ αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

idest, *Cum mala innumera per Graeciam serpant,*
Nullum deterius Athletarum genere est,
Qui primum bene incolere haud discunt,
C *Neque possunt etiam, quo etenim modo*
Quis qui est gulae deditus, ventriq. indulget,
Diuitias parabit, vt alat familiam?
Neque item egeni esse, & fortunis inseruire
Sciunt: nam in malis diu versati
Moribus, non facile mutantur in melius.

Quibus nihil est meo iudicio, quod magis athleticae statum prodat. Neque tamen defuerunt, qui hanc perniciosam artem commentarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnasticam tandem desciuit. Ne taceam Platonem, quē Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuisse, & ea dimissa ad philosophiam se contulisse. Sed quia athletas praemij gratia certare, atque uitam mille necis generibus exponere consueuisse nō se- — 7. Aen. in vita Plat.

mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non ea dem quocunq; tempore fuisse premiorum genera proposita, uerum, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo fuit δόσις, seu donū, secundo plausus, tertio filiorum coniectio, postremo corona: δόσιν autem apud Clementem, nisi aliquid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quàm congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus uilius extiterit.

De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.



QVONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie simul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque Galeno disputata sunt, nosq. etiam illos imitati nonulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perspecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus hominum, quaeue illorū ars foret, & quā sapiēter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniā tota uiuendi ratio in sex rebus, quas nō naturales appellare medici uoluerūt, collocata est, uidelicet cibo, & potu, somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atq. excrementorū euacuationibus, quomodo in uno quoq. horum genere sese gererent, explicabo. Primū itaq. in cibo ac potu quadrupliciter errasse cōspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tēpore. Quod ad qualitatē pertinet, uarijs cibis athletas usos diuersis tēporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scribunt Plinius, atque Oribasius. quod, ut pinguescerent, factitasse. existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitatorē quendā Pythagoram athletis primum carnem comendendū exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Eurameni Samio carnes apposuisse, atq. talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumq. sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebātur, & praesertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterū neque uno carnium genere semper illi uictitarunt, quoniam interdū caprinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quē Clitomachus Carthaginiensis nouae academiae sectator praeclarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod

Li. 15. c. 7. Li. 1. colle. cap 40.

caprinas

A caprinas carnes manducaret. Apriglandulas etiam athletis pro ci-
bo fuisse innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiusdam pro-
cacitatem, & obscenos mores describens ait.

Inter catellas anserum exta lambentes
Partitur apriglandulas palaestritis.

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tũ bubulas, tum
suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cũ caseo sine fer-
mento confecto, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit,
ut duritie, ac alimentorum crassitie non modo uberius nutrirẽtur,
sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cũ Biantes
pugil πολύβορος immodice uteretur, eos morbos incurrebat,
quos refert in quincto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, Valeria- 4. de re me.
nus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsan quod cap. 27.
B crederent ab eo nutrimentum solidũ produci, aut quo huiuscemo-
di herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent,
aut quo somnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis du-
ris; anethum enim somnum prouocare sciunt medici. Quantitas
cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum mensuris superior,
sciri potest ex ijs, quae scriptis mandauit Galenus secũdo de digno.
pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuisse;
ut aliqua ex parte fabuloso illi fidem adhibere ualeamus, quod de
athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quo-
rum alterum carnium minas uiginti deglutisse, & panis totidem,
uini choas persiccasse tres, ac aliquando taurum, quem per stadium
retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infini
ti cibi, ac potus capacem, nullũq. parem exstitisse ferunt; atq. hinc
C perspicuum fit, quam vere Aristoteles. 4. de gen. animalium dixe- Cap. 3.
rit, saepenumero athletis membra uarijs formis affici, cum ob mul
tam edacitatem natura haud ualet aeque in toto corpore omnes ci
bi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo
Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo βίαιον τρο-
φὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, ut Gal. iij. de tuen. ual. ἰδίως ἣν
πρὸς ἀνάγκην quasi plus, quam fere quamquã scio non defuisse,
qui aliter eam uocem apud Aristotel. sint interpretati, possent, ede-
re cogerentur: qua etiã utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi 7. meth.
cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in
comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, sa-
tis ex superioribus clarũ esse potest, nisi qđ refert Galenus eos non
aeque mane, ac uespere cibos ualidissimos accipere cõsueuisse, sed
dumtaxat in cena, non modo ratione, uerumetiã experientia docti
cibos

cibos in somno, quando calor magis uiget intus, facilius cōfici, alio D
qui concoctu difficillimos ipsis, cū ob qualitatem eorum ualde calori resistentē, tum ob immensam quantitatē. quamuis secus uidea
li.11.c.53. tur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambulatione, quā somno perficere, ratos somnum ad corpulentiā, quam
Prob.4. ad firmitatē magis conferre. quod si Plutarchus 4. symposiacorum eosdē simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatē prorsus effugisse tradit, eius sententiā ita accipere debemus, ut uoluerit athletas uno solum carnis, & panis genere, quodcumq., & quantumcūque fuerit, usos. quod neq. nos negamus, qui supra diximus frequētissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes.
Atqui somno, & uigilia qualē moderationē ceteris uitae eorū partibus respondentē athletae adhibuerint, clarissime demōstrauit Plato, eos ubiq. somnolentos appellans. In motu quoq. & quiete nul- E
lam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando. s. exercitium τέλειον, siue καταστικὸν apud Galenum tertio de tu. ual. ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositū in omnibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cōtemnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) illudq. unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita
38. partic regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret caussam quae-
prob. 5. rens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore amoeno hilarentur, Athletae uero pallidi longe euadant, dixi ideo euenire, quia Athletae prorsus nimium laborant, nimius uero labor colorē cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti mediocris calore in summa corporis retento leuiter colorē prouo- F
cat, & ad corporis superficiē inuitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas
In libro de minime mirum est Galenum dixisse quinque annis ad summū ἰσο-
morborū σθενεῖς perdurasse. Iam quoq. aeris ipsos nullum discrimen effecisse
temporib. credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationē haberent. quamuis dum se ad futura certamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestū est e xystis, quas ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere cōmodius exer
Homilia ceri ualerent, quo tēpore multas plagas, ut tradit Basilius Magnus,
54. perferebant, ex paedotribis, nec non uictum haud iucundum, sed a magistris exercitationum praescriptum sequebantur. Ita etiā apud

A Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mittere, ut ibi in salubriori aere cōmodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam leui ex caussa certatores omnes excādescant, quantopere uicti tristentur, quantum uictores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorū exinanitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forēt, quod forsan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quo modo sese gererēt in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Gal. uenerem moderatā esse debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab B omnibus in re medica, uel mediocriter eruditis iudicantur. unde magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsos coitu interdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam aliméti, & sanguinis copiā magis necesse haberent, de his namq. Gal. 6. de loc. affe. cap. v. loquebatur, quando multos calidae, & humidae naturae ὑπὸ ἀσκήσεως. i. ob exercitationem (non prae pudore, aut sobrietate, ut interpretes pleriq. transferunt) à uenenis usu abstinentes torpidos, atq. pigros effectos sese uidisse scripsit. Quod porro a Venere prorsus athletae abstinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopompum Crissonem, Iceum Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit. Galenus quoque testatum fecit, & post Galenum Basilius Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas considerantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessa C riorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperantiae legem promulgasse, quae adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decertantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas formas permitteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermonem habens, ita scriptum reliquit.

Geograp. lib. 5.

8. de legib.

6. de loc. affec. in fi.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus.
Perfundit gelida uirgine? ne futuat. lib. 11.

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenerem frigida lauabant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut testati sunt Plinius, & Galenus. quam rem etiam intelligere uoluisse Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam sententiam

li. 34. c. 18. 5. de tu. ua. c. ult.

susius

lib. ad martyr. fuſius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athle- D
tae ſegregentur ad ſtrictiorem diſciplinam, ut robori aedificando
" uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucundio-
re: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Alexan-
drinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in commentario ſu-
li. 28. c. 6. pra Epitectum intellexit, qui ſtudio coronae athletas a uenere ab-
ſtinere ſcripſit. quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu uti
ſolitos ſentire uideatur, ubi eos torpentes reſtitui, uenereisque uo
cem, cum e candica declinat in fuſcam, reuocari dicit. Hoc itaque
fuit athletarum uiuendi inſtitutum, quod quantum ſanitati detri-
mentum afferret, ut Hippocratem ſileam, affectū athleticum haud
ſecundum naturam eſſe dicentem, argumento eſſe poſſunt, quae
In ſuaſ. ad bo ar. ipſis quotidie euenire ſolita recenſet Galenus, uidelicet repentinae
In lib. ad Thraſ. obmutationes, ſenſus, & motus amiſsiones, ſuffocationes, uaſo- E
rum ruptiones. ut non ſine maxima ratione Diuus Hieronymus
lib. 2. aduer. Iouin. athletas nequaquam diu uiuere potuiſſe ſcripſerit, Hippocratis &
Galeni auctoritate uſus. Igitur non ſatis mirari poſſum qua ratio-
ne ductus Cornelius Celſus medicus alioqui & eruditiſsimus, & elo
quentiſsimus in laterum inueterato dolore uictu athletico uten-
dum conſulat: niſi pro ualido, & firmandis uiribus accommodato
ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athletarum
profeſsione, quoniam ad inſtitutum noſtrum plura dicere non per
tinet, haec ſufficient, ſi unum addidero, quod Clemens Alexandri-
3. li. paedagogi. c. 9. nus quaſi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam hone-
ſtatis imaginem habuiſſe, ut numquam in publicum ad certandum
ſine ſubligaculis prodirent. quem morem ab Hercule primum in-
uectum, ſicut a Palaeſtra Mercurij filia pudendos locos obtegendi F
conſuetudinem inter mulieres, quae curſu, & alijs exercebantur,
Lib. 1. antiq. Rom. introductam, eſſe memoriae mandatum eſt. Quamquam Dioni-
ſius Halicar. ſcribat ex Homero colligi ad priſcos illos turpe habi-
tum eſſe nudos certare, primum autem omniū Olymp. xv. Nean-
thum Lacedaemonium Olympiaco ſtadio decurrentem totum
corpus denudaſſe pudendis tantum ſubligaribus campeſtribus ob-
tectis.

Explicit Liber Primus.



ARTIS GYMNASTICAE LIBER SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. Cap. I.



OSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originē, nec nō uerae, & nō uerae differētiā satis explicauimus, cōsequens est, ut, ceteris non prorsus omissis, illā pcipue oratione nostra prosequamur, q̄ ad medicinam facit, & de qua tractationē habere polliciti sumus. Quoniā uero, dum gymnastae definitionē in medio proponeremus, eam esse artē quādam facultates omniū exercitationū noscentē, earumq. uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentē indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uidetur, aut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atq. illarū unaquaeq. singulatim explanetur. hoc etenim facto, cū ars (dicebat Aristoteles,) sit recta operandi ratio, uidebimus q̄ sit in obeundis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarū unaquaeq., uel ad parandū bonū habitū, uel sanitatē defendendam cōferat. Exercitationē itaq. definiuit (B; 6. Ethic.)

C Galenus, secundo de tu. ual. & ipsum secutus Aetius, esse motū uehementē, anhelitum alterantē, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, siue exercitationē, motū, atq. laborem inter se differre demōstrat: propterea qd' motus est res quaedā magis cōmunis, atq. pluribus cōueniens quā exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nō sit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidē fodientes, atq. metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tametsi etiā aliquando cōmuni quadā appellatione labor, exercitatio uocatur: quemadmodū Galenus ab Hippocrate uocatū esse censet, quādo is dixit, Labores cibū praecedāt, &, ubi fames, laborandū non est. ibi enim uocē hanc πόνος, quae & dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercitationem significare solet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sentētia Galeni, & Aetij nisi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis appella-

Marginal notes: lib. 3 c. 2. — 6. de morb. vulg. cō. 4. tex. 31. — 2. Aph. 16. — In Onomastico. — 2. de tu. ua. — lib. 3. cap 2.

pellatus, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uestibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνάσιον appellatum superiore libro abunde monstrauimus. Sed quoniam posset aliquis etiam in gymnasijs ab altero per uim uehementer moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquam integra est. & proinde Auicenna Arabum omnium doctissimus cũ animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequens est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant; non enim apposuit (vehemens) quod, ubi magnus, & frequens sit anhelitus, semper necessario sequitur motum illum vehementem exsistere. sed neq. haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quoniam, etsi conueniat omnibus triplicis gymnasticae exercitationibus, eas tamen proprie nõ cõplectitur: de quibus ad medicũ tractare spectat, & nos etiam loqui instituimus: siquidẽ omnia quattuor caussarũ genera haud quaquã cõplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. caussa cuius gratia. Accedit itẽ illud, quod multi uoluntarie uehementer, & cũ anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti serui cum celeritate dominorũ mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimicorũ impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicẽnae definitio haud perfecte totam exercitationis naturã cõplectitur; sicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum exercitationem esse mẽbrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definiẽtes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare, proprie est motus corporis humani uehemens, uoluntarius, cum anhelitu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparandi gratia factus. ita namq. definitio omnes caussas comprehendit, atq. soli definito conuenit: uerum enimuero posset aliquis merito a me sciscitari, nunquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo quod non libere a uoluntate hominis, sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, si nõ proprie, saltem communiter, dummodo gratia sanitatis, uel etiam militaris studij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper a nobis definitam suscipiũt. quibus uero ali-

Margin notes: Li.1 fen 3. doc.2.c.1. — 6. coll. c.2. — D — E — F

A qua ex condicionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quã proprie exerceri dicentur, siue a seipsis, siue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipse mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque similibus a nobis semper erit intelligendum. atque hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, eius uerba in secundo de tu. ual. scripta indicant: ubi ait, eos, qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adstruit quincto de tu. ual. ca. 11. ubi omnem motum communiter exercitationem uocar, proprie uero motum uehemẽtem, ut etiam uidetur appellasse Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. ubi exercitationem a gestationibus, ambulationibus, & uociferationibus distinguit. B Praeterea, quoniam dixi exercitationẽ a graecis γυμνάσιον uocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo fiebat; ambigeret fortasse aliquis, num exercitationes, quae extra gymnasia peragebantur, proprie tales essent, an non? cui responsum esse uolo, definitione exercitationis cum non sit appositus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi necessarium fore, & propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu alterato gratia sanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq. locorum ageretur, nihilo secius exercitationẽ uocari debuisse, atq. debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocet exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficiantur, dũmodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita sese haben C te, etiam ad gymnasticam facultatem de exercitationibus omnibus siue in gymnasijs fiant, siue extra tractationem spectare dicendum erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruatissimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tempore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

De Gymnasticae medicinae diuisione. *Cap. II.*



RACTATVRI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nunc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri. ex qua diuisione sese clarum offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum,

atq.

atque praecipuum principium a natura acceptū sit, animantia bru D ta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem illa statim ac mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agitare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui tametsi in hoc brutis imbecilliores ad fruendū hac uita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur, atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post modum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiūt nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem secundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatā ab ipso gymnasticae diuisionem in mediū proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, E sed quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere contigerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui nō minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuisse, necusquam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uideatur. Plato igitur libro de legibus. VII. cum demonstrasset sinistras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earū apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, F qui pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alteram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumq. pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametsi Plato de gymnastica bellica dumtaxat sermonē habere uideatur, nihilominus eadem fere est ac medicinae gymnastica, fine solum differens, nec prorsus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemque conseruare intendit sicut medicus, sed alium finē addit, nempe ut eius exercitationis ope ad bella gerenda

aptiores

2. de leg.
2. d tu. ua.

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaestricam, sub nomine palaestricae intelligentes uniuersam illam exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, uel in loco palaestrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas quaedam exsistat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesq. exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefiniunturque id quod forsan Galenus innuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptū reliquit: ὀρχηστικοὺς καὶ παλαιστικοὺς solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut B paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam exsistere, neq. ab illa singulas exercitationum species comprehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alteram, quae motus hominum a seipsis factos solum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaestricam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentiemus, uerumetiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; si quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub aliqua praedictarum specie contineri non ostendamus. Nec quidC quam sententiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς inscribitur; (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaestricam, & orchesticam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrionicae species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus; non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a nobis intellectis.





CVM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis,& quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaestricam partiatur, ne cōfusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriā, deinde palaestricam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quae circa motus ab alijs factos uersatur, gymnasticā adnectemus, quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atq. Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, quomodo etiam tempestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant, hāc, *κυβίστημα* uocauit Lucianus, & in glossario habetur, cernulat *κυβιστᾶ*, quam uocem etiam usurpauit Seneca Epist. viij. etsi cernuat plures codices habeant. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus. nam quod ludentes pilas saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit: E

σφαίρῃ ταὶ δ᾽ ἄρ᾽ ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι·
τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

idest: *Ludebant pila, vittis vellisque remotis,*
Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis vlnas
Principium ludo dabat.

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quāuis maiores nostri ut plurimum ad uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tēpora perdurat, nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illam quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quomodo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conanabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremque uocauit eorum, qui modo exsilitionibus in altum, mo- F

A do depresſionibus, modo inclinationibus hoſtilium incurſuum inuaſiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percuſſores ſimulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magiſtros haberi, qui mercede publica conducti uiros ſimul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adiumenti acceſſurum ad adipiſcẽdam militarem peritiam. Quod uero athletica gymnaſtica inter ceteras exercitationes habuerit aliquando ſaltationes, comprobari poteſt ex Plinio, qui Stephanionem togatae ſaltationis primũ inuentorem utriſq. ſaecularibus ludis, & D. Auguſti, & Claudij Caeſaris ſaltaſſe memoriae prodidit: quemadmodũ & Plato loco nuper citato ſaltationẽ a nobis mediã, ab ipſo *ἀμφισβητουμένην* nuncupatam in ſacrificijs, atq. exſpiationibus fieri ſolitam, quam a Mantinẽſibus, & Arcadibus coram Cy- lib.7.c 48.
B ro factã refert Xenophon, tradens, aperte inſinuare uidetur, athleticam, cuius & ludos & ſacrificiorum celebritates eſſe iam decreuimus ſaltatoriam habuiſſe. Galenus porro nec medicinae gymnaſticam ſaltatiónes a ſe reſpuiſſe tamquã ſanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidẽ in ſecundo *περὶ ὑγιεινῶν* multos imbecilles ualetudini reſtitutos a ſe luctis, pancratijs, ſaltationibus, atque alijs huiuſcemodi exercitationibus refert. id quod Antyllus pariter teſtatum fecit; ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad ſanitatem conferentes hanc ponit, mediamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atq. ſenibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum, & gracile eſt, conducere ſcribit. An uero haec ea ſit ſaltatio, quam Plato *εἰρηνικὴν*, ſiue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in proſperita- li.6.d Cyri. Exped. cap. ult. Orib. 6.
C tibus, & in moderatis uoluptatibus tẽperati exſiſtere ſcripſit, haud tuto affirmare audeo, ſat ſit nobis hactenus oſtendiſſe nullum gymnaſticae genus hac ſaltatione caruiſſe, in quam & in palaeſtricam exercitationum artem a Platone diuiſam eſſe iam diximus.

De Sphaeriſtica. *Cap. IV.*

SALTATIONEM in cubiſticam, ſphaeriſticam, & orcheſticam, ſiue communi nomine uocatam ſaltationẽ diuiſimus, quarum unaquaeq iam nobis fuſius declarãda foret. Sed quoniam de cubiſtica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omiſſa illa, reliquas duas proſequemur. Atque primo ſphaeriſtica ſeſe offert, quae tametſi Homeri temporibus ſimplicior eſſet, attamen poſterioribus ſaeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαιριστήριον, quam praefectum σφαιριστικὸν uocatum habere meruerit. Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit, D
lib.7.c.56. scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum facit: Hippasus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequeamus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc ludo commentaria non habemus, quibus fortassis & tantae uarietatis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera certius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusq. scriptores non parum confusi fuerint, atque interdum a ueritate longe recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clariorē, E
minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebimus. Pila itaque ludendi genera quattuor dūtaxat apud graecos exstitisse reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, & κώρυκον, siue paruam pilam, magnam, atque pilam inanem, & corycum, repono corycum inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius, & Paullus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabimus, uel pila erat, uel pilae assimile. Paruae lusus secundū Antyllū tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes manus manibus proxime admouebāt. secūda erat pila maiuscula, qua cubitos cubitis ludendo immiscebāt, nec corporibus mutuo haerebant, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter uarios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur: tertia erat pila adhuc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, & F
in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilā emittebant cum uehementia, & concinnitate. inter has species adnumerari debere genus illud iudico, quod penes Athaeneum ἁρπαστὸν & φεινὶς uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pilae ludo simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tum quia Clemens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum
3. paedag. cap. 10. paruae pilae, & praesertim φεινίνδα, exercitationem esse uiris ualde accommodatā, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarum facit: οἶδα καὶ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φεινίνδα παιδιὰν ἐν ἡλίῳ μάλιστα. quod & a Polluce cōfirmatum inuenitur, ubi etiam harpastum uocatum innuit. huius etenim inuētorem exstitisse Phanaestrium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius itē descriptionem

A Pilonem Antiphanes in hunc modum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ
μὲν διδοὺς ἔχαιρε τὸν δ' ἔφευγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν
πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum istũ
Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quasi sic ludẽtes sibiip
sis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo in
uentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, idest, a decipiendo, quoniam alio si-
mulantes in aliã partem mittunt, decipientes credulũ, sicuti memo
riae prodidit Pollux; apud quem legitur, episcyrum lusum fieri soli
tũ, ubi paribus ad pares in duas turmas dispositis, media linea edu-
cebatur, quam scyrum uocabant, cuiq. pilam impositã quisq. con-
tẽdebat, ut intra alias duas lineas post utrorumq. ordinẽ descriptas
aduersariorum, metas scilicet, immitteret, nimirum quibus conta-
ctis a pila uictoria haberetur. nam lusores dum pilam capiebant, at-
B que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alte-
rum magnis uocibus eleuabant, siue euertebant; uerisimile fit spe-
ctatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo ma-
gis, quod interdum motuum concinnitati operã dabant. unde De- Athenaeus
moxeni cõcinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundẽ 1. Dhipno-
explicaturus haec prodidit: Νεανίας τίς ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπ- sophist.
τακαίδεκα. Κῷος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ' ἐμβλέ-
ψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάν-
τες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τό τ' ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τι λέγειν
ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πάρεργ' ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ' ἀκήκοα ἔμπρο-
σθεν οὔθ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄν τι μεῖζον ἔλαβεν, εἰ πλείω
χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' οὐχ ἐμοὶ ὑγιαίνειν δοκῶ. idest, Iuuenis quidã
annis fere decem, & septem natus pila lusit, Patria erat Cous (nam
C illa insula Deos producere uidetur) qui cum in sedentes intueretur
uel pilam capiens, uel tradens, omnes simul clamabamus: quãta au-
tem concinnitas, ordo, ac uenustas dũ aliquid diceret, aut faceret,
supra omnẽ pulchritudinem exsistit. O uiri neq. umquam antea au
diui, neque talem uenustatem uidi, certe aliquid mali cõtigisset mi
hi si diutius ibi permansissem; neque multum mihi sanus uideor.
Ex quibus Demoxeni uerbis pilae lusores compte, & concinniter
ludere solitos perspicuum efficitur. Hae itaq. sunt pilae paruae spe-
cies, de quibus a Graecis mentionem habitã scio, & in quibus Epi-
genes philosophus, nec non Ctesibius Chalcidensis philosophus,
quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludẽdi gratiã exsue-
bantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilae par-
uae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo sci-
licet sese reclinantes pilam in caelum proijciebant; & antequã ter-

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. D
ludendi modos non ſolum ex ipſius pilae magnitudine, uerũ etiã
ex manuũ figura a ſuperioribus diuerſos effeciſſe, Oribaſius ex An
tyllo teſtatur, quorum unus erat ludentium magnã, alius maiore,
hoc tamen ambo commune poſsidebant, ut ſicuti in ceteris praedi-
ctis luſores ſummas manus ſemper humeris humiliores, ita in hac
ſemper capite altiores tenerent, quandoq. etiam ſummis pedibus
ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. ſaltabant, cum
ſcilicet pila ſuper eos ferebatur, in qua proijcienda uehemẽter bra-
chia agitabant. Inanis porro, ſiue uacua, quod tertium pilae genus
fecimus, qualis fuerit, haud ſatis explicatum habetur: ſi quid tamen
coniectura ex Antylli uerbis aſſequi licet, credo hanc pilã, quemad
modum & ceteras, ex corio conſutam fuiſſe, in hoc ab alijs differen
tem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec ſolo uento, ſiue E
aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipſa difficulter lude-
retur. Corycus uero quis eſſet, quomodoue ludus ille perageretur,
cum Antyllus apud Oribaſium clariſsime expreſſerit, eius oratio-
nem huc traducere ſtatui, quae ita in Vaticano codice ſe habet.
Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύ-
ρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύ
ναμιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνω-
θεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν
ὀμφαλὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτο διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις
αἰωροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμ
βαίνειν ἀποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθου-
μένους ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν
ἀπώσαντες, ὥστε ὑποτρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ F
τῆς προστελεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν
ἀποπέμπουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προστέχοιτο ἀπο-
στρέφεσθαι. ποτὲ μὲν οὖν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι,
ποτὲ δὲ τῷ στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες
lib.6.coll. κατὰ μετάφρενον. i. Corycus in corporibus imbecillioribus grano
„ ficulneo, aut farina, in robuſtioribus arena impletur: eius uero ma-
„ gnitudo ad uires corporis, & ad aetatẽ accommodatur, ſuſpenditur
„ autẽ in gymnaſij ſuperne e culmine, tantumq. a terra diſtat, ut fun
„ dum ad eius qui exercetur umbilicũ pertineat, hunc utriſq. mani-
„ bus tenẽtes qui exercentur, primũ quidẽ quiete, poſtea uero uehe-
„ mentius geſtãt, ita ut ipſum recedentem conſequantur, & iterum
„ redeunti cedant uiolentia compulſi, poſtremo vero eum e manibus
„ reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori ad-

A uentu suo occurrat, ad extremũ uero in sedem suã saepissime resti- „
tuendo dimittunt, ut ex congressu si non ualde aduertant, retroce- „
dat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dum propinquat, „
quandoq. uero pectore manibus passis, quãdoq. uero ijs ad terga re „
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametsi figurã Coryci ut pote omnibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen assequi possumus & ipsum sphaericũ, aut saltẽ rotũdum ex materia coriacea exstitisse, alioqui si angulare fuisset in occursu & manus, & pectus non sine laesione percussisset. Haec autẽ si uidisset Fuchsius, sane intellexisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum contendisse, follẽ & corycum paullo minus, quam caelũ, & terram distasse. Neq. etiam satis mirari soleo antiquissimum scriptorẽ Caelium Aurelianũ, qui lib. v. tard. pass. cap. ult. dicit uariã uolutationẽ
B in palaestra esse uocatã à Graecis celadian atq. choricomachian, nisi sit in codice deprauatissimo error, ut puto. De hoc intelligendum est adagium illud, πρὸς κόρυκον γυμνάζεσθαι. quo genere certaminis Apuleio in Thessalia certatum est. De hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi κωρυκομαχίαν, falso a Cornario follẽ interpretatã, ad attenuandũ corpus probauit: quẽadmodũ & eandẽ intellexit Aretaeus, ubi pro elephanticorũ exercitationibus κωρυκοβολίας probauit, quas bonus ille interpres, nescio quo spiritu, perae, aut sacculi iactus, inepte satis transtulit. Eandem quoq. intellexisse Coeliũ Aurelianũ existimo, cũ ad polysarciam diminuendã corycomachiam (sic enim legendum est) cõmendauit ijsdẽ prope remedijs usus, q̃ ab Hippocrate loco citato proposita sunt. unde argumentatus sum, Auctorẽ sicuti cetera, ita & cory
C machiã ab Hippocrate mutuatũ esse. quamuis textus iudicio meo deprauatus sit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appellari, censuerunt aliqui: quorũ sententiam postquã in superioribus refutauimus, nil aliud dicendũ est. Atq. haec de quattuor pilae ludi graecorũ generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila inani, & coryco. quae omnia diuersa inter se exstitisse, non modo ex descriptionibus nuper allatis manifesto constat, uerum etiam ex Galeni uerbis in secundo de tuenda ualetudine scriptis: ubi inter ceteras gymnasiorum exercitationes corycũ, pilam paruam, & pilam magnã, separatim recenset, sicut & Paulus Aegineta ipsum imitatus. quod profecto non fecissent nisi quaedã inter se diuersa exstitissent pilarum genera, & diuersae etiam cum ijs factae exercitationes. Quae nũquid omnes in Graecorum gymnasijs exercerentur, parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticam, atque

bellicam,& praesertim pueris edocendis incumbentem pilarũ exer D
citationes usurpasse, neque ad ualetudinemq́, ac agilitatem comparandam, augendamue eas ceteris inferiores existimasse. Admirari autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas exercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medicasq. exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictũ est a nobis: quoniã & ueterum,& recentiorũ tam Graecorũ,quã Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιὰς, & ludos uocarent,aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur, ut plurimũ fierent,aut quod illi,qui exercentur,non serio, sed ioco agere uideantur,siue gratia sanitatis,siue alterius rei id efficiãt. ludi uero,quos athleticae esse nos dicimus,ita proprie uocabantur,quoniam solatij,& uoluptatis solius gratia in otijs festiuis agebantur.

E

De Pilae ludo secundum Latinos. *Cap. V.*



Ostquam pila ludendi Graecis usitata genera satis explanauimus,superest & ea quae a Latinis & in usu habita,& scriptis tradita reperiuntur,explicare; unde, in quibus ambo cõuenerint,& in quibus diuersi fuerint, perspicuum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiam apud Latinos,quibus ludebant,inuenio,follem,trigonalem, paganicam, & harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta,soloq. uento repleta, quae si maior erat,brachijs impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur,ut apud Nonium ex Varrone, Purgatum scito, quoniam F
uidebis Romae in foro ante ianienas pueros pila expulsim ludere; & apud Propertium lib. 3.

Cum pila veloces fallit per brachia iactus.

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat. lib. 2. Sat. 2.

Seu pila velox
Molliter austerum studio fallente laborem,
Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp. Rom. nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque lusorum propriam pilam habuisse, atque eum ludum in sacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum esse,ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque sacrificatorijs uasis colligere non est difficile.


ΜΥΘΙΑ

Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, vt apud D Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã; uocabatur. Interdũ quoq. hanc eandem pilam Folliculum appellatam credo, sicuti a Suetonio in uita Augusti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit

Plumea seu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec consueretur, & non pluma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij respondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixisse. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque senes alioqui imbecilles inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martial. alibi scriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
Folle decet pueros ludere, folle senes. E

Nã ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebatur, uerũ ẽt dicatus lusui locus nullis lapidib, aut lateribus sternebatur, ne laberẽtur pedibus ludentes, &, si forte lapsi essent, ex casu damnũ nõ paterẽtur; & propterea, cũ solũ minime pauimẽtatũ foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur; q̃q̃ ẽt fieri põt ut pauimẽto luderẽt, sed puluere humili & exiguo illud adspergeretur, ita ut pilã resilire nõ impediretur, atq. ludentiũ pedes magis firmarẽtur. Nã in puluerulẽto solo fieri hanc exercitationẽ consueuisse, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenem quendã ex Thermis ob delectationẽ exire nescientẽ in hunc modũ carpit.

Effugere e Thermis, & circa balnea non est,
Menogenen, omni tu licet arte uelis,
Captabit tepidum dextra laeuaque trigonem, F
Imputet exceptas ut tibi saepe pilas,
Colliget, & referet lapsum de puluere follem,
Et si iam lotus, iam soleatus erit.

Numquid autẽ ludus iste fuerit unus ex ijs, quos superius secundum Graecos auctores enarrauimus, uariae sentẽtiae fuerunt. Alij enim crediderunt pilam magnã Graecorũ, & follẽ Latinorũ idẽ fuisse, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in 2. de tu. ual. corycũ follẽ traduxisset, in sexto postmodũ libro magnam pilam iterum follem
2. d tu. ual. transtulit, quasi corycus, & pila magna non differret apud Galenũ, qui expresse & pilã paruam, & magna, & corycũ distinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follẽ Latinorũ fuisse: atq. hanc opinionẽ maior pars recentiorum scriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribasiũ caput Coryci, de folle pugillatorio inscriben-

A scribendum iudicarunt. sed hi oẽs magnopere alucinantur: & primo, qui crediderunt follẽ & magnam pilam idẽ fuisse, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera est, qđ ludẽtes magna pila semper summas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera est, qđ Oribasius ludũ pilae magnae nõ modo aegrotis, sed etiam conualescentibus, atq. bene ualentibus inutilẽ iudicauit, quorum neutrum habuisse follẽ, facile est ex superioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuisse existimarunt, multis rationibus & ipsi errasse deprehenduntur. Primo, quoniã corycus e culmine gymnasiorũ suspendebatur, follis libere emittebatur. Secũdo corycus ficulneo grano, aut farina, aut arena implebatur, follis solo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero nõ. Fuerũt itẽ qui follẽ pilã inanem superius a nobis ex Antyllo descriptam fuisse crediderũt. qui-
B bus ego libenter assentirẽ, nisi Martialis dixisset, follẽ mitiori aetati cõuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationẽ non admodũ facilẽ, neq. aptam, & ideo omittẽdam esse cẽsuisset. Colligo igitur ex his omnibus, quod cũ follis neq. inanis pila Graecorũ, neq. magna eorundẽ, neq. corycus fuerit, eum illos ignorasse. nemo enim est, q paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerũt nõnulli, ubi ea exercebãtur, qui locus triangularis erat, uel potius a ludentiũ (qđ magis credibile est) numero, figura, & situ. hanc esse aliquando pilã simplici nomine appellatam inuenio, ut apud Martialem lib. vij.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
C *Non harpasta vagus puluerulenta rapis.*

Si enim sola quattuor pilae genera facimus, necessario cum ceterae nominentur, Trigonalis sub pila simplici cõplectetur: de hac similiter locutũ credo Celsum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilã, lib. 1. c. 6.
& reliqua superiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuscemodi ludo partes inferiores fere semper firmae manebant, superiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exercitatio ista, facile conijcere possumus ex Martialis uerbis, in quibus demõstrat, lusores ita triãgulari situs figura colludere solitos, ut manibus utrisque modo sinistra, modo dextra pilam uicissim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo summã ludentium laudẽ fuisse uerisimile sit, sicut in lib. 7. ubi Polybum quendã laudat ob agilitatem sinistrae manus in iacienda excipiendaq. pila.

Sic

Sic palmam tibi de Trigone nudo D
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis sinistras. & libro. 12.
Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem. & libro. 14.
Si me nobilibus scis expulsare sinistris
Sum tua, si nescis, rustice redde pilam.

Ex his mehercle patet consueuisse trigone ludentes a se inuicē modo mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, eo prope modo, quo nostrates pila parua supra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae lusum descripsit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco supra citato, tum lib. 4.

Seu lentum ceroma teris, tepidumue trigona:

haud satis mihi constat. attamen, si quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixisse, uel quod homines luden- E do ob uehementem utriusq. manus laborem, & assiduo motus pilae tenore magis incalescerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnasijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerisimile uideri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sententia demonstrauerimus, post pilae ludum statim consueuisse balnea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixisse, quia ex continuo motu pilae in manibus ipsa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro 1. in Elegia Ianuae conquerētis dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo supra ipsum statu tepesceret.

Nulla ne finis erit nostro concessa dolori,
Turpis, & in tepido limine somnus erit?

Exemplū trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. F Aurelij Antonini apud Byzantios excusis hunc in modum apparet. Quem item ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi solitum, memoriae proditū est. Eundem propè aut similē paganicae pilae lusum describi existimo à Petronio arbitro in satyricis ubi hūc in modum scribit. Videmus senem caluum tunica uestitum russea inter pueros capillatos ludentes pila. Nec tam pueri nos, quamquam erat operaepretium ad spectaculum duxerant, quam ipse paterfamilias, q̄ soleatus pila sparsiua exercebatur, nec eam amplius repetebat, q̄ terrā cōtigeret, sed follem plenū habebat seruus, sufficiebatq. ludentibus. Notauimus etiā res nouas. Nā duo spadones in diuersa parte circuli stabant, quorū alter matellā tenebat argenteam, alter numerabat pilas, non quidem eas, quae inter manus lusu expellentes uibrabantur, sed eas quae in terram decidebant.


ΠΥΘΙΑ·ΑΚΤΙΑ

Succedit paganica pila sic appellata, quod esset uulgaris admodum, & in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in usu haberetur. Nam Dionysius antiquitatum lib.4. refert, Romã in quattuor tribus olim partitam fuisse, quae & pagi, sicut earum habitatores Pagani, nominabantur. siue igitur ab istis pagis, siue a uillis paganica pila denominata sit, parum referre credo. sat est, pilam fuisse ex corio pluma repleto, trigonali latiorem, nõ ita tamen ut est follis, laxam, sed duriorem; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tanto difficilius, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior esset, & pluma replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed undequaque durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmodum uenustissime Martialis hoc disticho ostendit libro 14. D E

Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa est, & minus arcta pila.

Sub nomine enim simplici pilae intelligi aliquando follẽ, aliquando trigonalem, paullo ante significauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnasijs paganicae pilae exercitationem in usu exstitisse, ut idem Martialis lib.7. testatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes.

Nam cum saepius a nobis indicatum sit cõsueuisse fere omnes, qui sese in gymnasijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps statim balnea ingredi, Martialis illis uersibus demonstrat, inter ceteros pilae ludos in gymnasijs se exercentium ad balnea praeparatorios paganicam quoq. adnumeratam esse. Vltimum & quartum Latinorum pilae genus harpastum fecimus. quod ob nominis similitudinem idem prorsus uidetur quod ἁρπαςὸν Graecorum: erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat cuius uero magnitudinis, & ex qua materia foret, haud quaquam ab ullo auctore explicatum habemus, nisi quod Athenaeus his uerbis manifestum facit, harpa- F
„ stum rotundum fuisse. τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἁρπαςὸν,
„ φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιςα ἀσπάζομαι. idest, Lusus autem pilae harpastum nuncupatum phenında uocabatur, quem ego maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile sit ex corio sicut ceteras pilas constasse. quae omnia, propterea quod tunc tẽporis nulli ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum eius magnitudinem omnino explicasse Galenus uidetur, qui dum in libro de ludo paruae pilae harpastum appositissime describit, illud

paruam

A paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam; quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus asimiletur harpasto, in hoc tamen ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod illud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib. 4.

Siue Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro 7.
Non Harpasta vagus puluerulenta rapis & libro 14.
Haec rapit Antei velox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse; solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod
B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt vberiore viri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochique,
Armaque, & in gyros ire coactus equus:

eiusdē poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadē exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, quasi rē mulieribus prae alijs maxime insuetā ageret, post multa dixit, 3. de arte a nandi.

Harpasto quoque subligata ludit.

Ideo mirari soleo; cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Lib. 1. ser. 3. trac. 2. cap. 2.
C Auicenna cuiusdam pilae ligneae mentionē facit, de qua posterius uerba faciam, cum ad praesentē de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec satis.

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. Cap. VI.

TRES saltatoriae partes, cubisticā, sphaeristicā, & q̄ nomine generis uocatur simpliciter, saltationē, in superioribus effecimus: quarū duabus iam declaratis tertia modo subuectēda uenit. de qua haec a nobis declarabūtur, primo qd fuerit, secūdo quot species habuerit tertio cur ea uterent̄ maiores nostri, quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristoteles itaq. in principio suae poetices, cū dixisset, oīa poeseos genera in hoc conuenire, quod imitatione sint, imitationes diuidit

dit

dit, quarum alias tradens diuersis generibus imitari ut uel harmo- D
nia, uel rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel meliores, uel similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agētes, vel introducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam indutos, aut non mutatos; de saltatione haec concludit: *αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζομένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις.* i. Numero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores; isti enim numerosa gesticulationis uarietate, mores, passiones & actiones imitātur. Ex qua oratione apparet, ὄρχησιν, siue saltationē, nihil aliud fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis, artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominum mo-
Cap. 4. res, affectus, & actiones. qui enim in 7. ciuilium dixerat, nihil esse in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam E numerū, & cantum; sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus efficeretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expres-
Prob. 15. sit Plutarchus, qui in ix. Conuiuialium saltationem tres partes habuisse scripsis, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ipsa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipse nil aliud fuisse, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae repraesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionemque, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando saltatores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
7. de leg. chae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis similibus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem au- F tem fuisse non proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae, caeli, uicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam declarationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, propria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & habitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationibus utuntur. adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo motu facta cōsisteret. ipsiq. saltatores nil aliud actitarent, nisi quod sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut lationibus, & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declarabant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones hominum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simoni-

A des poeta saltationem poesim tacentem, sicuti poesim saltationem loquentem uocare solebat: quamquam refert Plutarchus, tempestate sua ueram saltationem a musica, cui associabatur, deprauatam fuisse; atque a caelesti illa decidentem in tumultuosis ac indoctis Theatris instar tyranni cuiusdam imperium tenuisse, idq. postmodum usque ad tempora nostra permanasse, in quibus omnis saltatio corrupta est, omnes cordati uiri cognoscunt. Quibus autem primus huiuscemodi saltationem hominibus demonstrauerit, satis cōpertum non habetur, nisi quod Theophrastus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum sonaret, motiones atque numeros corpore effecisse, & ob id apud ueteres saltare uocatum fuisse siceli ssare; post quem Chleophantus Thebanus, & Aeschylus multas saltatoriae figuras inuenerunt, quas *βαλλισμὺς* Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate insinuat Athenaeus.

Loco citato.

8. dipnos.

B unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec saltatio tantae existimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem saltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Ὀρχηςὰ Ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ' Ἄπολλον: idest:
Saltator rex splendoris, pharetrateque Apollo.

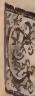
atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius instrumenti sonitum, uel ad cantum, uel absque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recensuerunt Homerus, Plato, Xenophon, Aristoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praestantiores & illustriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in usu erant, aut repertae & illustratae fuerant, nomen susceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo effi-

C ciebantur: a regionibus appellatae sunt Laconicae, Troexenicae, Epirephyriae, Cretenses, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus sic Iuuenalis.

Forsitan exspectes vt Gaditana canoro
Incipiat prurire choro, plausuq. probatae
Ad terram tremulo descendat clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis vrticae Sat. 11.

& huiuscemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodam Lacone, seu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati saltabant cum cantu, & sine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.

PYRRHICHIA SALTATIO



A (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Morescas populari uocabulo appellant.) Atque hae uaria nomina obtinuerunt, ut Orsitis, & Epichiedios penes Cretenses, Carpaea apud Aemanēses & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos siue mactrismos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae stabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, molossica, emmelia, cordax, sicinnis, persica, phrygia, nicatisinus, thracius, calabrismus. Telesias a quodam viro Telesio, qui primus eam armatus saltauit, sic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem sustulerunt, aliae tornatiles siue uersoriae quod se in circum uertentes saltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod scribit Galenus, archiatro contemporaneus exstitit, has B saltationes δῖνας uocatas scribit, aliae insanae, ut caudifer, mongas, Thermaustris, nec non anthema, quam saltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi rosae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactrismus, apochinos, & sobas, morphasmus, Glaux, & leo: aliae scenicae, quales tragica, comica, & satyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, non est praesentis tractationis declarare: satis sit intelligere hanc tertiam saltationem tot atque plures adhuc diuersas species, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuisse, sicut etiam diuersis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex sententia Aristotelis ex impulsu, atque tractu cōponatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; 7. Phys. & hoc sursum, uel deorsum, uel prorsum, uel retrorsum, uel dextrorsum, C uel sinistrorsum: a quibus postea motibus componebatur simplex ambulatio, flexus, procursus, saltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur.

De fine saltationis, & de loco. *Cap. VII.*



CVm antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere semper studerent, manibusq. mouēdis nullam curam adhiberent, uerisimile fit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta sit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta sit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, consertionem, compectinationem, distentio-

nem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita D uniuersa saltatio ex motibus tam manuum, quam pedũ ad repraesentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes praecipue brachia mouerent, significauit & Ouidius ubi dixit:

1. & 2. d ar. te aman. *Si vox est, canta, si mollia brachia, salta.* &
Brachia saltantis, vocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (vt diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuisse comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrificia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui temporis homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, quasi solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peri- E tiam eadem saltatione maiores nostri uterentur, tametsi supra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata nõ ob aliud inuenta fuit, nisi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hostes effugere, modo inuadere, aliosq. gestus bellis gerendis necessarios perdiscerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimã saltatriculam a Myso pyrrhicham saltare iussam conspicati, admirãtes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se excellenter in fabula gessisset, illum sibi Imperatorem Athenienses delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem saltationem & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae nõ parum conduxisse: quandoquidem de manuum gesticulatione, F

2. d diaeta. 1. decur. cron. ca. 1. quam χειρονομίαν uocant graeci, scriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & sanis & interdum aegris corporibus usurpatam esse. Temporibus uero nostris saltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praestare nemo negaret, quemadmodum Galenus se plurimos sanitati restituisse, aliosq. in ea solius saltationis auxilio conseruasse confitetur: qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recensuit. dum dixit: ὀρχηστῶν αἱ σφοδραὶ κινήσεις
„ ἐν αἷς ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ
„ ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διασχίζουσιν ἐπὶ πλεῖ-
„ στον τὰ σκέλη. idest saltatorum uehementes motus, in quibus maxime saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attrahunt

A hunt, diuaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophōtis se saltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam, conseruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non Cinaedus usquam magis ,,
saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimonio, ,, In Mil.
atq. etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. saltatores ipsos, atque pantomimos, ἀπὸ τοῦ κινεῖν τὸ σῶμα. Poetae similiter omnes glor. act. 3.
non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi B quoque interdum saltabant; nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco saltatores nūcupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerū etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt, unde etiam chorea nomen saltationis perelegans C emanauit. a theatris ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono Li. 14. dip.
symposiacon, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectare ualeamus paedotribas gymnasiorum ministros orchesticae non paruam cognitionem habuisse. In conuiuijs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt. Cōcludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaestricam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque haec satis de ipsa.

De Luctatoria. Cap. IIX. D


ECLARATA iam ſatis, quantum ad hanc tractationem ſpectabat, ſaltatoria, modo palaeſtricam, quae erat altera gymnaſticae pars, ut aggrediamur, operae pretiũ eſt; cui poſt modum & reliquas exercitationes tam in gymnaſijs, quam extra factas ſubiungemus. Palaeſtram multas ſub ſe exercitationes habuiſſe demonſtratum ſuperius ſuit inter quas continuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque καταβλητική ſiue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, niſi exercitatio quaedã in loco gymnaſij peculiari nempe palaeſtra, ſiue porticu tecta, quae xyſtus uocabatur, fieri ſolita; in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aſperſi ſeſe brachijs complicantes, inuicemque concertantes, E alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, parātheſes, & ſyſtaſes neceſſario requirebantur, illudque prae ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pſeudolus ebrius apud Plautum ſignificauit, de uino dicens. Captat pedes primum, Luctator doloſus eſt. Sed antequam certamen inirent, muſculos prius calefaciebant, perſrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod ſi aliquando haec agere intermiſiſſent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, ſicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi ſcriptum reliquit, hunc a gymnaſticis in luctis obſeruatum eſſe ordinem, ut numquam uehementes inirent, niſi prius faciles, & ſimplices eſſent edocti, neque has aggredi ſolitos antequam fricarentur, neque fricari, priuſquam ungerentur. Dixi, binos quoniam etſi F plures poſſent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen ſemper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non ſolum uiro uir concertabat, ſed puellae quoque iuuenibus cõtendebant, quemadmodum apud Lacones, & ſicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnaſticae artis minimam partem credidit Galenus, non deſuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetuſtiorem exſtitiſſe autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetuſtatem iudicare uideatur: nam & locum exercitationum palaeſtram nuncupatum, πάλλω primo nominatum conſtat. quamquam etiam non deſuerint, ut refert Plutarchus, qui non palaeſtrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quaſi antiquiſsima res ſit lucta, deductũ eſſe uoluerint, ſed potius quod ſolum haec exercitatio

[Marginal notes: act. 5. (beside "derentur, quod Pſeudolus…"); ,, ,, (beside the Plautus quotation); Cap. 8. (beside "banturque, ſicuti tradit Gale."); 2. de diff. pul. (beside "mam partem credidit Galenus"); 2. Sym. prob. 4. (beside "non palaeſtrae nomen…")]

πηλῷ

A παλῆ idest luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoque rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum artificiosissima, & astutissima exsistit, omnium etiam uetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quae simplicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo consistunt: unde Sosicles πάλην ἀπὸ τῦ παλεύειν, quod est dolo & insidijs deijcere, fuisse deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τῦ παλαιστῆ, idest a coniunctis, simulque connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refellere uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud solam quattuor digitotorum mensuram significare scribit, a qua mensura deduci postmo B dum exercitationis nomen ualde longinquum est, & proinde melius sensisse uidentur illi, qui ἀπὸ τῦ παλῦναι natam & dictam πάλην, credunt, siue ἀπὸ τῦ πάλλειν ἢ πάλλεσθαι, quorum alterum apud poetas, deijcere, & proijcere & spargere, quod postremum ab Homero quoque ac Hippocrate usurpatum testatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τῦ πλησιάζειν, ἢ γίνεσθαι πέλας, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem cursores semper distabant, nec umquam appropinquabant, pugillatores pariter a designatoribus numquam complicari permittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracusanorum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores uarios repraesentari, indicauit nobis Ligorius.




LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art.xxiij.luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerētur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeũtes, uictoriã adipisci possent: atque huius luctatoriae auctores fuisse Antheũ, & Cercionẽ scribit Plato: Secundum ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum alij a Theseo Atheniensiũ principe; alij a Phorbãte Thesei paedotriba referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis habitũ acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quo- 7. de leg.

B dam pacto ab alijs diuerso se remittere cõsueuisse testatur Galenus. Hoc tamen animaduertendũ esse duco, Galenũ non modo luctam athleticã, quã respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerũ & sanitati studẽtẽ interdũ parce laudasse, ut pote qua robur quidẽ augetur, at luxationis, ac fractionis ossium, necnon suffocationis periculum immineat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ' εὐσχήμονος & gratia bonae, ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solũmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cõsideranda sunt. Alterũ, quod palaestra aliquando significat totũ gymnasiũ, ut supra declarauimus, aliquando locum lib. de machinamen.

C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locũ, in quo soli luctatores, & pancratiastae uolutatorij exercebantur, quorũ certamina grauia apud Galenum lib. iij. de tuen. valet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ quod duplex erat pancratiũ, primũ de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu compositũ. Secundum quod uolutatoriũ nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nã in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ uolutatorio humi prosternebantur; atq. ibi inuicẽ cõplicati, seq. mutuo conuoluentes alter alterũ sibi supponere nitebãtur: quemadmodũ clarissime mostrant depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit.



PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi fit, Aristotelem uerba fecisse, ubi nullum erectum, & stantem continenter, & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moueret, ut palaestritae, qui per puluerem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum esse Martialem, ubi dixit. Lib. de cõi animaliũ gressu.

Non amo qui vincit, sed qui succumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionẽ, qua palaestrita reducto pectore aduersariũ retrahebat, ac ictum illius deuitabat, aut potius (ut erat Poeta semper obscoenitatũ amator) eam lecti luctã interpretemur quam κλινοπάλην Domitianũ vocasse tradit Suetonius. De eodem itẽ loquebatur Antyllus apud Oribasiũ, dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram super paui- 6.collect. cap.17.
B mento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligens, nisi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; si quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere conspersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit. lib. de diaeta. 6. de dieta. 2. de tu. va.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus. Cap. IX.

C PVGILATORIAM πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & cursui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originem accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur. Prob. 5.

Arma antiqua manus, vngues, dentesque fuerunt. Lib. 5.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoque perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hãc rem intellexerunt illi, qui pugnã cestũ, & pugilatum idẽ penitus exstitisse uoluerunt. ex auctorũ tamen scriptis coniectura cõsequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare cõsueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminaue circumsepti sese inuicẽ percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque umquã sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersa-

rium pugnorum ictibus in terrã prosternebat, uel grauius & dam- D
2.Symp. Prob. 5. nosius feriebat. Tyrrhenos ad tibiã πυκτεύειν solitos fuisse, ex sententia Eratosthenis refert Athenaeus 4. Dipnosoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori inseruisse, testatũ reliquit. ego uero ita sentio, pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tu. ual. adnumerari, sed pro sanitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in usu in gymnasijs fuisse. ad quod credendum duabus potissimum rationibus adducor, quarũ prima est, quod Galenus bis, uel ter solummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem diligentissime tractauit, nullum paene uerbũ de hac exercitatione habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo, qui in uertiginosis pugilatũ cõmendare uidetur: nisi (quod ego suspicor) sit Graecus contextus deprauatus. Quod si pugilatus medicae gymnasticae exercitationis genus exsti E
tisset, aequum certe erat, non adeo ab omnibus silentio praeteriri. Altera ratio est, quod, si naturã pugilatus exacte spectemus, cũ percussiones, & euitationes bellum gerentibus necessarias aemuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatq., quin militarem peritiã magnopere adiuuet, infitiari non possumus; at cũ solum brachia, atq. pugnos exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percussionibus corpus offendat, quomodo ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni cõferre posit, non uideo: ut tuto dicendũ sit, pugilatũ in gymnastica medica exiguũ usum habuisse in militari uero multum, in athletica plurimũ: cuius principes & auctores fuisse Amycũm, atq. Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in qua adeo Glaucus Carystius excelluit, ut quincta & uigesima Olympiade coronatus pictae, i. pugilatoris nomine per excellentiam me- F
ruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparandae operã dedisse, legitur apud Terentiũ.
In Eun. act.2.sce.3 quod agebãt, ut grauius percutere ualerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est enim experiẽtia & ratione cõprobatũ, obesos minus ex carnibus iniurias sentire. Cur autẽ Tesprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, respõdeat, pugilice atq. athletice, nõ est admodũ
1.de alim. fac.c.2. difficile coniectura cõsequi. quod etiã Galenus scriptũ reliquit, Luctatores potissimũ athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiã eodẽ nomine appellatos fuisse pugiles, & pãcratiastes.
Plau. in Epidico. qua de re fieri põt ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuersi essent, utriq. tamen robori. & corporis crassitiei studerẽt, & iccirco seruus ille merito pugilatum, & athleticam separauerit, herumque suum robustum, & pingui uentre esse significarit. Ex lucta & pugilatu

tertium

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc(ut testatur Aristoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduersarios & pugnis ferire, & cóprimere, & continere, & deijcere studebant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur; ut commendanda sit urbanitas Horatij, qui 3. Satyr. lib. 2. uenustè admodum phreniticos, quod pugnis ministros, & adstátes feriatur pugiles uocauit luctatores complicabantur & comprimebant, ut deijcerent, sed pugnis minime percutiebant, pancratiastae tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pausanias) aduersarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differebant. quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo in Cap. 5. lib. 5. elia.

B flexis certabant. atque hoc significare uoluit Galenus ubi scripsit: εἰ δὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γίνοιτο μάλιστα τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτετακόσιν αὐτὴν ὅμοιον, hoc est, sin au" tem unusquisque digitus flectatur, manus figura ijs maxime similis" euadet, qui ipsam in pancratio protéderint. talis etenim manuum" figura prehensandis aduersarijs, cui maxime studebant pancratia" stae, ut nomen quoque significare uidetur, ualde accómodata erat; his de causis exercitatio haec παμμάχιον uocata est quandoque, sicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus difficilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, sub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. 1. de motu muscul.

C de legibus sua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus mulieres solummodo post nubilem aetatem pancratio exercerj consulit. de Pancratij specie quapiam loquebatur mea sententia Galenus, quando in commentarijs super libellum de salubri diaeta dixit, gymnastas fere quos impinguare uolebant constituisse, inter exercendum προσάπτεσθαι, καὶ σωματομαχεῖν, (erant enim quaedam exercitationum genera) ut scilicet iungerentur, & toto corpore certarẽt, sed nudi, ac sine complexu. Panaetius quoq. apud Gelium lib. 13. cap. 26. pancratiastarum gestus, & lusus hunc in modum pinxit. Vt sunt Athletarum qui pácratiae (melius" pancratiastae) uocantur, nam sicuti illi ad certandum uocati proie" ctis alte brachijs consistunt, caputq. & os suum manibus oppositis," quasi uallo praemoeniunt, membraq. eorum omnia, priusque pu" gna motu est, aut ad uitandos ictus cauta sunt aut ad faciendos pa"

rata,

rata, &c. Hanc exercitationem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, perspicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit: D

Et patitur duro vulnera pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum in sanitatis usum uenisse, quoniam, si pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta constans sanitati multum ex usu esse potuisse credendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pancratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferēdum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquem praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus usque adeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarent, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mityleneus singulari contendens certamine reste sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Inuenio etiam quoddam pugnae genus apud ueteres pancrapum nominatum, sed aduersus bestias, tantummodo id committebatur, ut uidere licet apud Cassianum lib. collat. v. ca. xiiij. Simile profecto pugilatui uel potius eius quaedā species erat certamen illud, quod cestibus peragebatur. ij autē erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erāt lora quaedam punctis interstincta; quae manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo, & crassitie, verum etiam soliditate cestibus certantes seipsos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugilibus proprie vocatis, nempe qui solis manibus in pugnos coniunctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnumquam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri solitos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartanorum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc modum scribit.

2. de tu. ua. cap. vlt.

E

F

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile

cognosci

A cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cestibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expansis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos hoc exercitationis genus adamasse, & qui se uerberibus, plagis, & ictibus, pugnisque exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possumus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim clarum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Polluce occisum, scripsit Valerius Flaccus 4. Argon.

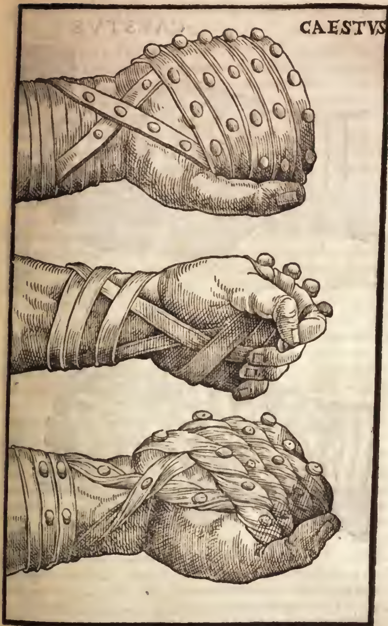
Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amicum suspexit arenis.

B similiter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, ac Ammonem cestibus ualuisse scripserunt. itaque inter pugilatum, Pancratium, & cestus, unum Pancratium in medicina gymnastica frequentius, ceteros duos rarius usurpatos esse iam liquet. Pugilum autem, qui cestibus certabant, nec non cestuum ipsorum uarias picturas hic damus, ut ipsas uel ex sepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritissimus.

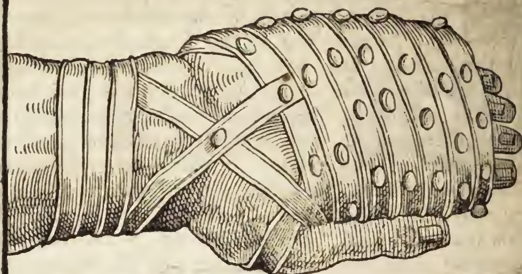
5.Aeneid.
5.metam.

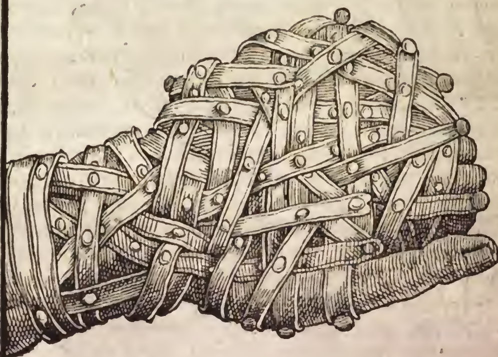



PVGILES
ΧΥΣΤΟΣ


CAESTVS

CAESTVS





A *De Cursu.* *Cap. X.*



NTER cetera, quae ob uitae conseruationẽ animalibus a natura tributa fuerunt, currẽdi potestatem praecipuã esse, omnes, qui eorum statum considerare uolent, sine labore intelligent, si quidem cetera quaeque, quibus se ipsa tuentur, uel non statim connascuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte laedantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiatorum, & omnium offendere ualẽtium iniurijs tuetur, ut nullam laesionem ea sustinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendũ esset, cum multo tempore ad currendũ ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis, & cursus gratia a natura B in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam cõseruandam, uerum etiam ad eam iucunde simul, atque sane traducendam uel solus, uel omnium animalium maxime uti nouit, sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae dumtaxat conseruandae caussa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendã uti non aegre tulit. Quis nescit, maiores nostros inter alias exercitationes, ut disputat Plutarchus ij. Sympos. v. ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque C etiam quandoque in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currẽdi celeritatẽ, sicuti solet, impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exẽplo instituisse, auctor est Pausanias: apud quẽ similiter legitur, Endymionẽ filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse; nec non currendi morem Nemiacis, & Isthmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerũ num-

lib. de cõi asal. gres. li. 15. de usu partium.

In dialogo de gymnasijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Eliacorum.

quam curſorem niſi ſeruum uoluiſſe,quod diceret,ingenuum non D
8. de leg. niſi in ſacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bellicas exercitationes ita curſum commendauit, ut non modo uiros, & iuuenes,uerum etiam uirgines,pueros,& mulieres,omnesq. tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit nō in ſtadio ſolum,ſed & in dolicho,in diaulo,& in ephippio,ut iure diſputetur apud Plutarchū.ij. ſymp.antiquior ne fuerit in bellico, & concertatorio uſu lucta, & pugilatus an curſus. Platonis ſententiā ſecutus Vegetius in cōmentario de militari exercitatione ſcriptū reliquit, ad curſum praecipue iuuenes, qui militari diſciplinae incumbunt, aſſueſaciendos eſſe,ut maiore impetu in hoſtem currant:ut loca opportuna celeriter,cum uſu uenerit,occupent, uel aduerſarijs idē facere uolentibus praeoccupent,ut ad explorandū alacriter pergant, alacrius redeant,ut fugientium facilius terga cōprehendant. Refert E
Salluſtius de Magni Pompeij exercitatione eum cū agilibus, ſaltū; cū uelocibus,curſu; cū ualidis, uecte certaſſe, neque aliter Sertorio aequandū umquā fuiſſe,niſi ſe,& ſuos milites huiuſcemodi frequētibus exercitijs ad bella praeparaſſet. Ex quibus colligitur, curſum hunc in gymnaſtica bellica maximi momenti fuiſſe,& quemadmodum athleticū quattuor praecipuas habuiſſe ſpecies, ſtadiū de quo D. Paulus loquebatur,quando dixit, currentes in ſtadio ob corruptibilem coronam certare; dolicum,diaulū, & armatum, in quorū
lib.1.c 9. poſtremo bis Callicratem uiciſſe ſcribit Pauſanias,unde ςαδιοδρόμοι, δολιχοδρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμοι dicti ſunt, horum exercitatores. Qui praeterea Ariſtotelem j. lib.magn. moral.& Galenum medicum in 2.& in 6.de tu.ual.libro non oſcitanter uidit intelligere facile poteſt, curſum inter exercitationes ſanitati ac bono F
corporum habitui conferentes non exiguam partem habuiſſe:quādo etiā Seneca inter exercitationes corporis,quarum rationem habendam cenſuit,primū locū curſui dedit, etſi non admodum percipio,quid epiſt. 3.indicare uoluerit dum ſe Hieram feciſſe, quod raro euenit curſoribus, ait nam ſi (ut eruditiſsimus Muretus putat) pro Hiera mediā ſtadij lineam cōcipiamus quomodo curſores eam raro facere dicat,non ſatis aſſequor. Huius tres tantum ſpecies effeciſſe Antyllum reperio,alterā in anteriora currēdi, alterā in poſteriora,alterā in orbem. quamuis itē apud Galenū & dolichū,& diaulum reperiri ſciam,quorum alterum refert ipſe Graecis continuatum diu curſum ſignificare,quem tamen maior pars auctorū duplicis ſtadij ſpatium exſtitiſſe cenſet, alterū uero definiunt fere omnes fuiſſe curſum,quo ſtadium ſemel currebant,& recurrebant.Itaque

Lib Epo. 2 xv. (margin)
2. d tu. ua. cap.10. (margin)

ſtadium

A stadium erat cursus unius tãtum stadij, dolichus duplex uno cursu stadium, diaulus duplex,& ipse stadium, sed reflexo cursu. ut fieri posse credam perystilij interioris ambitum, quem diaulum, ob duorum stadiorum mensuram uocatum tradit Vitruuius, huiuscemodi cursui inseruisse. Quapropter falsum illud esse deprehenditur, quod apud Suidam legitur, stadiodromos longiorem tractum metiri cursu dolichodromis, cum huius contrarium manifesto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

Φημὶ πολυστιχίην ἐπιγράμματος οὐ κατὰ μούσας
Εἶναι, μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον.
Πόλλ᾽ ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν σταδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνομένου πνεύματος ἐστὶ τόνος.

Idem ex prouerbio *μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον* a Polluce lib. iij. ci-
B tato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori non esse quaerendam maiorem. Ad haec habuit cursus multas species a locorum uarietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabant, prout necessitas, commoditasue postulabant, aut per plana loca, aut per aspera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes cursum agebant. Neque hic mirari debet quisquam, quod ualetudini studentes extra gymnasia quoq. currerent; propterea quod loca similia cum haud quaquam omnes formas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebantur interdum homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnasia prodire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus extat Aristotelis sententia, quod curren- 2. partic.
tes nudi uestitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & prob. 30.&
C aspiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & si- partic. 38. 5
lentia tenent.

De Saltu. Cap. XI.



Cursui saltus, *ἅλμα* a Graecis gymnasticis uocatus, non parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercisus cursus; hunc a saltatione, de qua superius sermonem habuimus, lõge differre, nullus ambigit, cum opus alterius *ὀρχεῖσθαι*, alterius *ἅλλεσθαι*, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicam exercitationẽ effatu dignum, aut non saltem necessarium, aut non admodum crebrum usum exstitisse, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullã pror-

lib. 1. de re mili. c. 9. sus de illo mentionem fecerit sed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris testimonium me secus sentire cogit, ubi scribit iuuenes, qui militiae operam nauant, ad saltum praecipue exercendos esse, quo uel fossae transiliuntur, uel impediens aliqua altitudo superatur, ut, cum eiusmodi difficultates euenerint, possint sine labore transire. In athletica uero facultate saltum locū habuisse, praeter Pindaricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, saltum primum hoc uersiculo fecerunt. D

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος & πάλη,

idest,

Saltus, tum discus, tum lucta, & iacula, cursus,

testatur abunde Aristoteles, qui in libro de communi animalium gressu scriptum reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehensis maiorem, & concitatiorem saltum edere, quam non comprehensis quod itē post ipsum Theophrastus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnasticam medicinae saltu nec ipsam caruisse, satis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaestrarum exercitationes saepius recensuit: sed Antyllus penes Oribasium diligentius omnibus & saltum exercitationem sanitati idoneam esse, & quid sit, demonstrauit, ubi hanc sententiā habuit: quod exsilire, & saltare inter se differunt, quoniam πηδᾶν, siue exsilire est motus quidam cursui similis, quando scilicet eodem in loco corpus manet poplites in flectēdo, & circumuehendo, saltus siue ἅλμα est motus ferme continuus in sublime, uel tamquam mediū, uel tamquam metam nullis certis legibus, neque imitationibus terminatus, ob quod a saltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti ostendimus. has saltus species Se- E F

Lib. 2. Epist. 15. necam intellexisse existimo, dum pro exercendo corpore saltū commendabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui saliaris, aut fulonius dicebatur. Exsilitione olim utebantur Lacenae mulieres ad nates saltando, quae retroflexis cruribus ita saltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim inflexis, quandoq. uero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres postmodum aereis statuis repraesentasse Callimacum statuarium, ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nuncupatum, auctor

Lib. 14 cap. 8. est Plinius. quem autem proprie saltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnasijs duplici modo usurpatum inuenio; altero, quando saltantes uacuis manibus seipsos in sublime agebant: de quo uer

Lib. de com. anim. gressu ba faciens Aristoteles scripsit, arduum & difficile esse, saltu continētem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos

pompae

A pompae gratia sessores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese mouentes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero quando manibus ponduscula capiebant, ut illis firmati uehemẽtius saltarent, quae ponduscula tametsi ab Aristotele, & Theophrasto ἁλτῆρας nuncupari sciam, tamen ἁλτῆρας aliud exercitationis genus exstitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare placet, qui in commentarijs in secundum Galeni de compo sit. medicament. sec. loc. librum, huiusce rei ignarus, damnandum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes saltu halteribus usos esse; nam ut illi fortasse donem, quae ait de halterum, & halterũ diuersitate; nihilominus Aristoteles v. problem. viij. & Theophrastus libro de lassit. aiunt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidem, uel halteres manu gestent, quam si brachio in libro περὶ κόπων.

B inani iactentur. Vnde fortasse & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἀλκτῆρες, & ἀλκτηρία, sed ἁλτῆρες, & ἁλτηρία: quando scilicet apud nullum alium auctorem hanc uocem ἀλκτῆρες usurpatam inuenire mihi cõtigit. Quomodo uero saltatio ista tam ab athletis, quam ab alijs peragetur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca continuatis saltibus saltabant, atq. tunc limitem, unde principium saltandi capiebant, βατῆρα appellatum; & mensuram κανόνα dictũ habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuisse uerisimile est, τὰ ἐσκαμμένα uocatum, unde factum est adagium in eos, qui metam transiliunt, πηδᾷν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maio-

C rem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cũ simpliciter adscendere, quam descendere continuo laboriosius praedicauerint Aristoteles, & Theophrastus. Neque solum manibus ponduscula saltantes, vt melius exercerentur, habuisse inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum supra caput, nonnunquam supra humeros, aliquando in pedibus gestasse. quemadmodum uidere est ex hac uetustae tabulae pictura, in qua saltantes appositissime repraesentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus. v. Sect. pb. lib. d lassit.





An ea pódera dũtaxat ad maiorẽ exercitationẽ faciendã inseruirent, ita existimo, ijs, q grã ualetudinis exercebanť, hũc finẽ habuisse. At alijs ad gloriã quãdã inanẽ potius tẽdebãt, qđ. s. q maioribus póderibus onerati lõgius, & altius saltarẽt, ij maioribus pmijs, atq. honoribus decorarẽ-

A tur. Erât quoq. qui supra utres oleo unctos & uino plenos pedibus sal tarêt; inter quos uictores ij cēsebātur, q ita sese dextere gerebāt, ut prae lubricitate humi nō caderēt. atq. hi ꝓ uictoriae pͥmio utrē cū uino fere bāt: q uero terrā natibus percutiebāt, nō sine magna uoluptate spectatoribus risum mouebāt. Id autē antiquitus obseruatū in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια uocabant, proditur, in quibus utres caprinis pellibus cōflati saltibus calcabātur in caprarū contēptū, q̄ adeo uitibus infestae credūtur. De hoc Aristophanes ī Pluto: ἀσκωλίαζ᾽ ἐνταῦθα πρὸς τὴν αἰθρίαν. i. hic sub dio supra utrē salta, & Eubulus apud Aristophanis interpretē: & πρόσγε τοῦτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθαι, & καγχάζετε ἐπὶ τοῖς καταρρέουσιν. i. Quare utrē in medio collocantes supra ipsum saltate, & eos qui humi ceciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georg. *Atque inter pocula laeti.*

B *Mollibus in pratis unctos salière per utres*

Sed illud nō ignorādū, qđ scriptū est apud Iul. Poll. ἀσκωλιάζειν, tā de his, q̄ de uno subleuato pede, altero solo saltātib., dictū eē apđ ueteres.

De Disco & halteribus. Cap. XII.



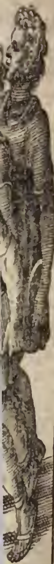
ISCI iactū inter exercitationes gymnasiorū haudquaq̄ infimū locū habuisse, nō modo Gal. clarissimis uerbis affirmauit, Propert. ꝓdixit, uerū ēt Vitruuius elegātissima quadā historia aperte īsinuare uisus est, apud quē legitur, qđ cū Apaturius Alabandeus Trallibus scenā excellētissime finxisset, adspectusq. eius propter asperitatē eblādiretur oīum uisus, & iā id opus ꝓba re fuissent parati, tū Licinius Mathematicus ꝓdijt, & ait Alabādeos satis acutos ad oēs res ciuiles haberi, sed ꝓpter nō magnū uitiū indecētiae insipiētes eos esse iudicatos, qđ ī gymnasio eorū, q̄ sunt statuae oēs, sūt

1. de tu. ua. Libro 5. lib. 7. c. 5.

C caussas agētes, in foro autē discos tenētes, aut currētes, seu pila ludētes: notauit. n. mathematicus qđ, sicuti statuae caussas agētes fori sunt propriae, ita discū tenentes gymnasij, & ob id indecentē inter locorū pro prietates statū signorū publicae ciuitati uitiū existimationis adiecisse dixit. Erat itaq. antiquis illis discus gymnasij exercitatio, quā an bellicae peritiae studiosi inter ceteras exercerēt, nō admodum mihi cōstat, nisi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnopere futuris optimis militibus cōmendat, disci quoq. iaculationē subintelligi uoluerit, quemadmodū Homerus quoq. 2. Ilia. significauit, ubi finxit Achillem Agamēnoni iratū Myrmidonas suos a pugnando remouisse, atq. illos ipsos ne torescerēt in maris littore sese discis, atq. iaculis, tāquā militibus aptis, exercuisse: quasi si nō laedēdis hostibus, saltē uariae agilitati ipsorū cōparādae hmōi exercitatio accōmodata esset. Athletas uero in eo se exercuisse, nec nō in publicis certaminibus contēdisse, manifestū facere pōt cōmunis auctorū sentētia, qui inter athletarū certamina discū omnes uno ore adnumerāt, & praeter hos pictura, quā hic damus.



ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, diſcum



A scum fuisse instrumentum quoddam rotundum, quod aliquãdo adeo graue erat, ut uix ab uno hoĩe eleuari posset: ueluti a D. Hieronymo de seipso scriptum est. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharsim, nunquid in gymnasio globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui scuti figuram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidisset, qui grauis, & comprehensu difficilis erat, eum manu sursum extortum in aerem aliquos iaculari consueuisse, subiungit: Aliquando etiam inuenio, instrumẽtum illud figuram solis corpori similem habuisse, quod ab Alexandro in ij. problem. (siue is Aphrodisiensis, siue Trallianus, quod magis suspicor. exstiterit) solis corpus δίσκος uocetur. Vocatus similiter fuit discus quadra rotunda, qua epulae in mensas ferebantur. Vnde δισκοφόροι appellati sunt, qui quadris ferendis destinãtur.
B Sic legimus caput D. Ioannis Baptistae saltatrici in disco oblatum esse. Postremo discum instrumẽti, de quo nos loquimur, genus designasse reperitur. Quale porro instrumentum is esset, ita proditum inuenio. Interpres Homeri Eustathius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, idest, *ludebant discis*,

inquit: δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι. Vnde secũdũ huius sentẽtiã patere põt, discũ fuisse lapidẽ graue, quẽ exercẽtes se proijciebãt, &, cum ferreus, erat, massam uocabant. Huic attestari uisus est Martialis his uersibus.

Splendida cum volitant Spartani pondera disci,
Este procul pueri, sit semel ille nocens.

Alij, quibus ego assentior, crediderunt discum fuisse laminam quandam trium uel quatuor digitorum crassitudine, lõgiorem paullo plus
C pede, alias lapideam, alias ferream, (aeneam quoq. ex sepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria posito se uidisse, testatus est nobis peritissimus Ligorius) cuiusmodi maiorem partem, ne, dum ex alto rueret, frangerentur, fuisse puto, planam quasi lentis speciem referentem, quam in aerem proijciebant, sed modo a iaculorum missione diuerso, si quidẽ in mittendis iaculis brachia pandebant, mox prorsum impellebant contra in disco manu ad pectus adducta, atq. extrorsum & deorsum reducta, rotationis instar illum in aerem eiaculabantur, ut perbelle explicauit Propertius hoc uersiculo.

Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Quod enim discus figuram, quam diximus, lenti similem habuerit, praeter Dioscoridem lenticulam δίσκον nuncupantem, expressa hic comprobat Discoboli marmorea statua, quae hodie Romae in aedibus Ioannis Baptistae Victorij seruatur, in cuius manu discum figura a nobis expressa positum uidere licet.



qđ itē oſtēdit alterius diſcoboli brachiū Lapideū hodie in magni Tuſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatū, ex qbus ſimiliter diſcū ciaculādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctiſsimus Petrus Victorius aetatis noſtrae ornamētū, q brachij figurā ad nos miſit.



Harum ſtatuarũ ſimiles alias duas diſcobolorũ fuiſſe uerisſimile eſt, quarum unã ex aere Myronem praeclarisſimum ſtatuariũ finxiſſe, a Quinctiliano celebratam; aliã Tauriſcum pictorẽ illuſtrem excellenter

lenter pinxisse, refert Plinius. Hanc formã disci una cũ praedictis testi- D
monijs si uidisset, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nũquã certe affirmare ausus esset, discũ pilã rotundã in medio perforatã fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quãlibet rem orbiculatã praeter Latinae linguae usum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̃ D. Cyprianus in lib. de spectaculis discũ uocat orbẽ aeneũ, & in Marci Aurelij Imp. nũmis quibusdã Apolloniae Illirij excusis, quorũ exẽplar supra positũ est, huiusmodi Discobolorũ lusus repraesentatur, in quo discũ quadrã quandã orbiculatã, & in medio perforatã fuisse apparet. Vt hinc conijciã, non unã discorũ formã exstitisse, qua siue in sacrificijs, siue in gymnasijs uterẽtur. Illud attamẽ praetereundũ nõ est, in disco iaculando artẽ quãdã, ut Pindari interpres ostẽdit, necessariã exstitisse; alioqui iaculatores laude frustrati deridebãtur, & saepe dãmna insignia spectatoribus afferebant, quod a Phoebo actũ fuit, quẽ disco Hyacinthũ in- E
terfecisse fabulantur. Disco simile erat alterum exercitationis genus, ἁλτηρὶς a Graecis appellatũ, qđ in palaestra actitari solitũ scribit Galenus. hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, ut uehementius saltarent, manibus cõprehẽdere cõsueuisse, demõstrauimus, diuersum fuisse aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribasiũ ita scripta reperiũtur in capitẽ περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἐστιν αὐτῶν τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖαν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ κατὰ συνέυσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρακαμπτόντων τῶν γυμναζομένων. i. de Halteris iaculatione. Differentia autẽ est halterũ ipsorũ. aut enim proijciuntur manibus extensis & uicissim inflexis, aut in manuũ protensione, quae F
quiescunt, & ut plurimũ breui motu mouẽtur, solũ continentur; ipsi uero, qui exercebantur, non secus ac pugiles, introibant & concutiebant, uel qui se exercebant, secũdum dorsi assensum manibus uicissim se flectebãt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halteres huiuscemodi ex eadem materia, atque eadẽ forma, qua saltatorum põdera esse possent, nihilominus ab illis differebãt, quod nõ modo manibus, ut saltatores, tenerentur; uerum etiã uarijs modis emitterentur, perinde ac tẽporibus nostris apud multos in usu habetur, qui sese exercent, aut pilam, aut lapidẽ vel terreũ, uel plumbeũ manibus, ac brachijs extẽsis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Aretaeus, auctor nõ minus probatus, quam antiquus; ubi in dolore capitis τῶν ἁλτήρων βολὴν cõmendauit. Et ut possit certior formae huiusce exercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteristarũ imagines, quas ex gẽmis antiquis sculptis acceptas ad nos misit Pyrrhus Lig.



Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occasionem aliquã do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἁλτῆρες ἀλητῆρα nõ parum differre: quandoquidem ἁλτὴρ exercitationis genus iam a nobis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus apprehendi solita significat, ἁλτῆρα uero genus fuisse orchesticae, siue saltationis apud Sycionios usitatũ refert Athenaeus. quo nomine Ithacenses quoq. unam exercebant, quam non sine Vlysis fortuna atque aerumnis constitisse arbitror; si quidem ἀλητὴρ ex Homeri uersibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicũ atq. erroneũ significat. Quales porro fuerint huiusmodi halteres, nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in v. Eliacorum scripsit in hunc modũ: Οἱ δὲ ἁλτῆρες οὗτοι παρέχονται σχῆμα τοιόνδε· κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφερεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηνται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διϊέναι, καθάπερ διὰ ὀχάνων ἀσπίδος. idest, Hi autem halteres circuli oblongioris figuram habent, neque dimidio ad exactissimam rotunditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuersius sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos antiquos, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emolliendam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras appellant, tum mouẽdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plumbo interfuso, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis elicitur Halteres fuisse massulas quasdam, siue manipulos ex uarijs materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magnitudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum solis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusis, deinde inter proijciendum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt hisce temporibus multi, qui sic aut rotulas ferreas, aut caseos, aut quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opinor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλλωμένων, nil aliud animo concepisse, nisi quod illae tum lapidibus a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent. nam & ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eijcere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus emisi ἁλτῆρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissentaneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funiculum

Li. 4. chro. cap. 2.

A lum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimisso uehementer proijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de causis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum asperorum attrectatione nocumentum accederet, altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proicerentur. unde Dauidem ad prosternendum Goliatem funda uti uoluisse existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus esse cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium insularum populos usq. adeo celebrabatur, ut matres filios suos alijs cibus uesci non paterentur, nisi B quas funda sibiipsis comparassent. lib.7.c.56.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uersu appellauit.

Stuppea torquentur Balearis verbera fundae. 1.Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib.ij. Metamorph.

Non secus exarsit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: volat illud, & incandescit eundo.

Quod vero bellica gymnastica huiusmodi exercitationem in usu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unusquisque cognoscere potest.

C *De Iaculatione.* *Cap. XIII.*



QVAMVIS τῆς πάσης ῥίψεως siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quãdoq. omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius proiectionem nosse ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius species esse cisse 8. de legi. dialogo uidetur, alterã τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praesides extitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos fere Latinos secuti nuncupabimus. sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio tum, solis amentis, de quibus Silius lib.14. 7.de leg.

hasta iuuatur amento

cum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exilesq. ingen-

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur, atq. D
hi communi appellatione τοξευταὶ uel τοξόται uocabantur; unde uenenũ quoddam τοξικὸν nominari scribit Paullus Aegineta medicus, quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo inficerent: Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue efficiebatur, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & plerumque graues palos requirebat; quinimmo sagittarij solis brachijs sese mouebant, ἀκοντίζοντες autẽ siue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon femora pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum tẽporibus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspicimus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis nõ paucis uiribus indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, multos ex Scythis prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, ne- E
que telum contorquere potuisse memoriae mandauit, qui pariter in initio libri de fracturis dicebat brachij figuram aliam esse ἐναγκωνισμῷ κατὰ φύσιν, ἄλλο δὲ ἐν σφενδονήσει, ἄλλο δ' ἐν λιθοβολήσει, ἄλλο ἐν πυγμῇ. i. in iaculatione fundiarum, & lapidum emissione, necnon pugilatu. Habebãt uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi propositos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quisq. conabatur: qđ explicauit Horatius hoc uersu.

li. de aere, aquis, & locis.

Saepe disco,

Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.

Lib. 1. car. ode. 8.

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiaculabantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus antiquos eijcere consuesse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad insti- F
tutum nostrum minime pertinet: quas uero nos sagittationes, & iaculationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam proprias sibi exercitationes complectitur. Quod enim medicinae gymnastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) inde tamen conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno, eosdem medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe atq. Aesculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam cum arcu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud priscos fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, & uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebat, quas Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari con-

li. de re milit.
li. 10. c 15.

In suasau. ad bo. ar.

Loco cit.

A consueuisse, scriptum reliquit; ut sileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiã quantopere iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittãdi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeripidem transfixisse, harpyasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atque multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. B exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atque etiam Imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, & Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persen Persei C filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exsiles, quae arcubus, & balistis eiaculabantur, quasque plumbatas fuisse existimamus: quamplurimorum, & praesertim Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ducti, qui in 2. de caelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant.

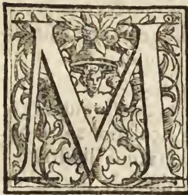
Libro 1.

Plinius. lib.7. c.56.

Explicit Liber Secundus.

ARTIS GYMNASTICAE
LIBER. TERTIVS

De agendis, & de ratione praeſentis tractationis. Cap. I.



VLTAS exercitationũ ſpecies ab antiquis in uſu habitas ſuperiori libro, qua potuimus perſpicuitate, enarrauimus; multae adhuc reſtant non minus fortaſſe ſcitu dignae, quã illae, quarum maior pars tametſi haudquaquã in gymnaſijs praecipue perageretur, neq. itẽ ad ſaltatoriã pertineret, in E quã, & palaeſtricam uiſi ſumus ſuperiori libro uniuerſam gymnaſticã diſtribuere, cũcta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam ſi nõ proprie, ſaltẽ cõmuniter exercitationes uocari merẽtur, & propterea nullo pacto a gymnaſtica excludi debẽt. Amplius eadẽ ad bonum habitum corporis, atq. ad ualetudinẽ cõferre oẽs medici fatentur: unde, cum ſtudiũ noſtrum in hoc praecipue uerſetur, ut eas oẽs corporis exercitationes tradamus, q̃ & ualetudinẽ iuuare, & optimũ corpori habitum parere iudicatae ſunt, de hisq. ſingulis gymnaſticam cõſiderare ſtatuerimus, uel vnũ aliquod intractatum relinquere praeter ordinẽ, & praeter inſtitutũ noſtrũ foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnaſtica ſola ſermonẽ habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiſcuerimus, atq. adhuc in ſequẽ F tibus idẽ facturi ſimus: propterea quod primũ atq. praecipuum cõſilium nobis fuit de medicinae gymnaſtica uerba facere. at poſtea tribus de cauſsis reliqua adiunximus, tum ut aliarũ duarũ condicionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perſpecta foret, tum ut, quae cõfuſe de ſingulis ſimul, uel indiſtincte ſaltẽ ab auctoribus tam Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex diſtinctionibus noſtris perfecte diſcerni poſſent, neq. ulla lectoribus errãdi occaſio relinqueretur, tum quia eaedẽ exercitationes ab athletis, a militiae ſtudioſis, & deniq. a ſanitatis profeſſoribus uſitatae reperiuntur. quod ſi de medicinae dumtaxat gymnaſtica ſermonẽ habuiſſemus, neceſſario paene ſecuturum erat, ut uel hanc unam exſtitiſſe crederent lectores, uel ſaltem alias ab hac una & normas, & originem ſuſcepiſſe. quod quantos in auctoribus legendis errores pepe-

riſſet,

A ristet, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquã quod si quae de gymnastica medica scripsimus, quaeque uberius in sequentibus dicturi sumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquã iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tametsi corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae simul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus prae robore, atque crasitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendũ subijciat: id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab omnibus
B recte institutis rebus publicis summopere damnatam atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit. ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aestimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret.

De ambulatione. *Cap. II.*



C VANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodã artificio, singularique, & prope diuina prouidentia nobis pedes nõ ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coracesium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq. obire ualerent, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quã ueluti necessariam, atque in primis commodam siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualetudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq nationes in frequentiori usu sint, una profecto exsistit deambulatio, quam non

3. de usu partium.

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt, D uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca, nullius maiorem curam gessisse, nulliq. magis studuisse uideantur. quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vitruuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum censuerit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quandoque solae & separatae exstruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid. E

lib. 5. c. 9.

5. de tu. ua. cap. 11.

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.

& Propertius libro 2.

Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,

Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.

Tu neque Pompeia spatiabere cultus in umbra,

Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.

Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de F oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulátium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores nostri extruerent, atque illos modo arboribus consererent, modo nudo relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumento quoq. sunt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Atheniensium in Academia, quod pulcherrimis platanis consitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imitationem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegesippus, & Petronius uocarint, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una

l. 12 c. 2.

cum

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aestiui caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus undiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis hodie Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos uerisimile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Ligorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro apud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare posint? Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sanitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primũ omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. XXXVI. cap. XII. Nam athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inseruiebant, umquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem Xenophon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi C dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambulasse, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uocatam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad iumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuisset ualde militibus futuris ex usu esse, ut asiduo exercitatio ambulare celeriter, & aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudinem permansisse, nec non D. Augusti, atque Hadriani constitutionibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cliuosis, & arduis locis descendere, atq. adscendere cogerentur, quo nulla res uel casus pugnantibus accidere posset, quam non ante boni milites asidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exercitatio

li. epist. 2. & 5.

In Oecon.

lib 1. de re mil cap. 9. & penult.

tatio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine de- D
sumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definie-
3. de usu partium. rit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per
consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel
tarda; aut uehemens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter
ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, &
in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, &
In Oecon. Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xe-
nophontem, qui dum in agrum pedibus seruum suum equum du-
centem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in
xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo are-
Coeli° Au. li. Chron. 2 cap. 3. lib. de causis procat. nosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison
male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, mo-
do longis, modo breuibus. de quibus omnibus copiosissime disse- E
ruit Arist. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambu-
lationes, nempe quando uel ut auxilia sanitatis, ac boni habitus ad-
hibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. postquam
enim grauiores exercitationes confecerant, ne statim ad quietem
tamquam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes
paucas & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uo-
mitiones, atq. uniuersum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτι-
κὸν appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus,
potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijssent, apo
3. de tu. ua. cap. 2. therapia interdum utebantur, quod Galenus summopere laudan-
dum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, ha-
betur, aliquos ad excitandam sitim ambulatione usos esse. nam in
lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti capa- F
cior ad cenam ueniret guttur.

An Erectum stare sit exercitatio. Cap. III.



QVI rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, ni-
hil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pe-
dibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profun-
dius quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pe
dibus stantes si non ambulāt, saltem aliquo pacto moueri, propter-
eaque statum huiuscemodi ab exercitationum censu excludi mini-
me debere: ideo etiam de hoc sermonem facere decreui; eo prae-
sertim quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita ani-
mis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo
modo

A modo ſeſe exercere, ſententiam ſuam huncin modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exſiſtere, cui motui ſtatum plane contrarium eſſe praeter ceteros Plato ubiq. praedicat, dum inter prima rerum principia ſtatum & motum ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertiſsime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti ſtant, licet moueri ſenſibiliter nullo modo uideantur, attamen ratio ipſa, quod aliquo pacto moueantur, certiſsime perſuadet. Nam & multorum ueterum ſententia fuit, nō quae moueri uideantur, ea moueri ſola, ſed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficaciſsimis rationibus, ac fere ſenſu ipſo demonſtrantur. Aues etenim non tam quando modo ſurſum, modo deorſum uolitant, in motu *In Soph.*

B eſſe cenſentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod ſic probatur, quia ſi auis quae ſtare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipſo inſtanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam niſi mortuam in terris uideri, & uiuam ſemper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto cauſſam, niſi quoniam corpus illud in ſublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio conſiſtebat, quo motu poſtea priuatum corpus, atque naturae ſuae dimiſſum ad centrum declinat, ſicuti dum contra naturae ſuae inclinationē ſurſum ſuſtinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quieſcit, ſed quaſi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorſum a natura acti, altero animae ſurſum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis ſtantibus, quorum

C corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra ſurſum illa ſuſtinere obnitente motus quidam ſenſui immanifeſtus ſuboritur. cuius indicium illud habetur, quod ſi anima a corpore erecto ſtante exeat, illico ipſum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, ſurſum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis perſuaſum eſſe debeat, eos, qui pedibus erecti ſtant, ob continuos, & contrarios animae corporiſque obnixus aliquo pacto moueri, atque ipſorum muſculos omnes corpus geſtantes, & a terra attollentes, erigenteſq. uehementer intendi: cuius intenſionis atque etiam ipſius occulti motus merito poſtea efficitur, ut ſtare maiorem laborem, ac laſsitudinem moleſtiorem pariat, quam ambulare, ſicuti praeclariſsime a Galeno ſcriptis mandatum eſt. Neque Plato ubi inter principia rerum ſtatum perinde ac motui contrarium *Lib. de tre. & rig.*

rium collocauit, uera prorsus locutus est, cum Aristoteles. 5. Physi- D
corum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui contrarium esse demonstrauerit; nisi potius aliquis dicat, Platonem aliud genus motus ac status mystice (ut solet) intellexisse, cum ex ipsis naturas quoque diuinas constare asserat. Si igitur tot rationibus satis comprobatur; erectos stantes aliquo pacto moueri, atque interdũ non modice laborare, consentaneum uidetur, ut nó ob id status ab exercitationũ ordine remouẽdus sit, quod exercitatio definiatur esse motus, & ipse minime motus appellationem mereatur, quinimmo sicuti quãplures motus, qui sanitati, & bono habitui cóferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint, cómuniter tamen esse a nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & stare erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vnde sapientissimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere, E
alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi innuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando detinetur, musculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in cicatricem coalescere minime permittat. atque hoc esse puto, quod a Coelio in Epilepsiae curatione stans exercitium uocatur. Num uero antiqui gymnastae inter alias corporũ exercitationes huiuscemodi statum receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis imitatores recti stantes sese ceteris a loco dimouendos ostentandi roboris gratia praebebant, uel statu non per se, sed ob alium utebantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi uerisimile redditur. Quod quaeso certamen in stando solum effe- F
ctum cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret, aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inseruiret, ut horum gratia athletas sese exercere, uel certare stantes solitos dicamus? stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob aliud nisi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus subsellia quisq. sibi ferebat, quibus ad commode, & citra molestiam spectandum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur, isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Scipione Nasica censore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mille passuum subsellia posuisse, sedentiue ludos spectare licitum esset. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse, ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioui sacrificarent, quemadmo

dum

A dum Valerius Martialis de quodam scribit,

Multis dum precibus Iouem salutat,
Stans summos resupinus vsque in vngues.
Aethon,

Minime ad athletas in sacris certam inibus,uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori & aequiore caussa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus saepenumero contingere consueuit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseuerarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuscemodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus re-
B putātur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis probl. scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautū insinuat dicens. Quis hic est qui operto capite Aesculapiū salutat? cum detecto capite sem ”
perambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima ”
honoris demōstratione reputabant, sicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaq. esse debere significaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificijs statu uti consueuisse, argumentum est. Bellicae similiter disciplinae amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi consentaneum uidetur: si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto
C necessaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta statio, nusquam uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt: tametsi Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus Imperatorem stantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnastas tam sanos, quam ualetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim musculi omnes contenduntur, & corpori anima obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercita-

tionis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non D minus ad accõmodandum in stomacho nutrimentum, quam ad excitandum natiuum calorem, somnumq. prohibendum ualet, sicuti uulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum a cena ambulandum sit, comprobare uidetur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo differt, quisne erectus sub sole stet (ὑλιθερεῖσθαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur nisi eam, quam ratione status oriri demonstrauimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alterationem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam uehementius incalescere, quam illos qui mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur ne taceam medicos, a quibus febres ex huiuscemodi sub sole statu generari creditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in uiuendo solertißimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuuij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoquo prodesse, sententiamq. nostram, qua post cibos ueteres stare consuesse iudicauimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non extiterit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani, siue ualetudinarij, posse aliorum loco si non aeque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione leui diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonstrabimus, condiciones obseruantur.

5. partic. Prob. 34.

Epist. lib. 3. & 6.

(Margin letters: E beside "dicos, a quibus febres…"; F beside "citationibus obeundis…")

De pugnarum generibus. *Cap. IV.*



QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atq. Graecos scriptores multa significare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publi-

cis

A cis certaminibus spectaculisq. coronas uictoriae consequerētur, po
pulumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atq. sani-
tatē ipsam acquirerent, tuerenturq. hos apud Euseb. viij. Hist. Eccl.
cap. xviij. Μαχίτας nuncupatos existimo, ut ij. qui pugiles eo in lo
co transtulerūt inepte fefellerint. Quomodo uero efficeretur, quo
niam satis quisq. ex se conijcere ualet, in hoc explicando haudqua
quam immmorabor: illud solū praetermittere nolo, apud Oribasiū
duplicē pugnam in medicinae gymnastica exstitisse: alteram cū te-
lis semper, alteram plerumq. sine telis, quam σκιαμαχίαν Graeci,
umbratilē pugnā uocarunt nostri. telorū pugna efficiebatur, quan
do singuli inter se armis rudibus, uel incidentibus, & pungentibus
certabant, unde μονομαχίας nomē antiquitus utraq. sortita fuit, &
B a Coelio Aureliano hoplomachia hoc est armorū ficta cōfrixio uo 5. chro. pa.
cata, nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At scia- cap. ultı̄.
machiam fuisse, quando homo aduersus umbram & brachijs & cru
ribus pugnabat, ꝑter Platonē, q & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν
de pugnantibus sine aduersario dixit, auctor est Oribasius, q ex An-
tylli sentētia tradit, ita certantes cōsuesse nō solum cum umbra ma-
nibus, atq. cruribus pugnare, uerū etiā aduersus columnam, & ad-
uersus palum, de quo fecit mentionē Iuuenalis, aut murū, nec non Sat. 6.
aliquando summis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam
salientes, interdū tamquā pedibus cedentes, id quod tunc potissimū
ueteres facere cōsueuisse opinor, quando antimachus siue aduersa-
rius deerat, siue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non
posset minimū quid damni pati, quod accidere solet illis, qui armis
C quibusuis aduersum alterum contēdere solent. Primū enim illud
innuisse uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἔτι πάντων, τῶν τε ἐμψύχων, 7. de leg.
ἐ τῶν ἀψύχων ἀπορύσαντες ποτε, ἐρημίᾳ συγγυμναστῶν, ἀρ᾽ ἄγε οὐκ „
ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν: hoc est, Si „
oībus animatis & inanimis careamus, nūquid nos ob eorū, qui no
biscū exerceantur, inopiā, aduersus nosmetipsos uere umbratili pu
gna certare audebimus. & post ipsum Plutar. ı̄7. Prob. cōuiuialiū: Prob. 10.
ἀλλ᾽ ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἴκοι ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα:
idest, Sed uideo, ait, uos iam vmbratili pugna aduersus idola certare
paratos. Neq. uero admirari quis debet, qđ antiquos cum umbris
pugnasse (quasi id ridiculū sit) affirmarim; quoniam etiam hisce tē-
poribus nō pauci reperiuntur, qui ex seipsis, ut exerceantur, aduer-
sus aerem pugnis, brachijs, armisq. certant, uel quando aduersarius
abest, uel qñ a nemine uideri amant. De hac Paullus Apostolus lo-
quēs dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων, i. Ita pugnis certo, quasi
aerem

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis,& brachijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hae itaq. fuerunt duae pugnae species, quas maiores nostri exercitationũ loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc nõ reciperit. quod enim athletica uetustissimis usq. tẽporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimũ testem Plutarchũ habemus, qui in 5. Sympos. scriptũ reliquit, antiquitus monomachiam. s. aut singulare certamen in Pisa Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuiũ, circa quam quincto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpres testatur, alternis olympiadibus, siue mensibus quadraginta octo, aut quinquaginta certamina olympica Ioui sacra celebrabatur, usq. ad mortem deuictorũ cadentiumq. iugulationem procedere cõsueuisse. Praeterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo priscum morẽ retinuisse, ut aestatis tẽpore monomachias uocatas exercerent. quas ne quis credat soli Graecorũ nationi proprias exstitisse, adeundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophiston auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Romanos monomachorũ spectacula nõ modo in festis, atq. amphitheatris, uerũ etiam in conuiuijs a Tyrrhenis consuetudinẽ mutuatos adhibuisse; quamuis Romani nõ monomachos, sed gladiatores hos oẽs nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse, quosq. pugnãtes Smaragdo Neronẽ spectasse scribit Plinius. Hi quoniam artẽ plurimis absurdis plenã exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci possint, nonnulla de ipsis breuiter exponã. Nam illud primum detestandũ plane habebant, quod certantes quã grauius poterant, se se ferire studebant, & non solũ (quod scripsit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messalinae aetate medicinã Romae exercuit) cõtusiones in luctationibus patiebantur, sed etiã non raro usq. ad alterius, uel etiam amborũ pugnantium interitũ certamen protẽdebatur: quemadmodũ, praeter Athenaeum, atq. Plutarchũ, Galenus quoq. testatur, qui se gladiatores grauiter uulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis põtifice in eorũ medicum cooptatum fuisse scribit. Quin auctor est Gellius, gladiatori composito ad pugnãdũ pugnae hanc propositã sortẽ fuisse, aut occidere si occupauisset, aut occũbere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius. 2. Tusculanarũ quaestionũ memoriae mandauit, athletas etiã uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactũ ijs esset, se uelle decũbere. nã usq.

[Margin notes: 1. Prob. — Lib. 15. ca. 18. & lib. 37. c. 5. — 3. de cõp. me. p gen. — Lib. 7 c. 3]

A adeo mortem, ac vulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent,
nec multū mutarent, huiusmodi uero nefandas hominū caedes cū
sustinere oculis non posset optimus Imperator Antoninus narrat
Dion cum edicto cauisse, ut gladiatores nō acuto ferro, sed obtusis
gladijs, & teretibus dimicarent, quod hodie factitant qui pugnandi
artis discendae operā nauant. Secunda turpitudinis species, qua mo
nomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidē
Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia lib. 17. c. 7.
antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eosdem Primo de
& faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladia- alim. fac.
torum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguinē
ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum ani-
mum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem
B pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaq. de his, praeclare ad- lib. 28 c. 1.
modum sic a Cypriano declamatū est. Paratur gladiatorius ludus, & li. 36. c. ulti.
ut libidinē crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in suc- li 2 epist.
cum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris membrorū moles ro- ,,
busta pinguescit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occi ,,
ditur in hominis uoluptatem; & ut quis possit occidere peritia est, ,,
usus est, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest ,,
inhumanius, qd acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis pos- ,,
sit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se fe ,,
ris obijciunt, quos nemo damnauit, aetate integra, honesta satis for ,,
ma, ueste pretiosa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis suis ,,
miseri gloriātur, pugnant ad bestias nō crimine, sed furore: spectāt ,,
filios suos patres. Frater in cauea, & soror praesto est, & spectaculi ,,
C licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus ,,
suis mater intersit: hoc, proh dolor, mater & redimit, & in tam im ,,
pijs spectaculis, tāq. diris esse se nō putant oculis parricidas. Hacte- ,,
nus uir ille Christianus, cuius orationē hic exscribere placuit, quod
ad gladiatoriae exercitationis prauitatē ostendendam, nil luculen-
tius haberi possit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius
existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Impera-
torum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue cō-
sulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni
flagitio, & saeuitia plena libenter, atq. maxima cum uoluptate non
intuerentur. Numquid autem cuiussuis generis homines, an igno-
bilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerēt, anceps ualde sum. quod
enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Te- lib. 35. c. 7.
rentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria
in

in foro per triduum auo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod D
uenales essent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur, mihi certe persuadent ex omnium hominum ignobilissimo simul ac impurissimo genere ueluti seruis exstitisse. Ex altera parte cũ Galenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos, cũ Athenaeus scribat illustres uiros, atq. Duces monomachiam exercuisse, cum Herodianus, atq. Iulius Capitolinus Commodum Imperatorem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis theatris, spreta Imperatoria dignitate, gladiatoris partes adimplesse scribant, cum tradant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium, ac uenationes edere consueuisse, ut ciuium sanguine sic effuso pugnae quadam imagine Nemesis se, idest Fortunae uis quaedam expleret, uel ut insuescerent milites uulnera, atq. caedes inspectare. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Athenien- E
sibus fuisse, ut iuuenes coturnicibus siue qualeis, ac gallis pugnantibus spectandis studium impederent, quo illi uolucres usq. ad extremam uirium defectionem rostris certantes, intuentes, ad fortiter subeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne auibus ingenerosiores apparerent, inflammarentur, cuius studij mentionem quoq. fecit Aeschines contra Timarchum, & Columella libri octaui cap. 2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quasi credere cogor, tum nobiles aliquãdo, tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atq. gladiatoriam pugnandi speciem exercuisse: quãdo etiam apud Athenaeũ reperio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcherrimae etiam puellae monomachorum instar decertarẽt, aut qui in delicijs fuissent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandã esse. F
quos sciamachiam quoque interdum, siue umbratilem pugnam exercuisse, inde satis conijcere possemus, quod Glaucus Carystius athleta strenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pugnandi excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque in umbra pugnantis erecta, ut Pausanias narrat, tradatur; nisi certius comprobarent illud haec Dionysij in libro de diuinis nominibus uerba: ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν ἀπειρονίκας, οἳ πολλάκις ἀσθενεῖς δ' εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκιαμαχοῦντες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: i. Quod sapiens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur, qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis uidetur, necnon aduersus eos absentes fortiter umbratili pugna certan-

3. de frac.
lib. hist. 1.
Spartianus i Pupieno; & Albino.
In Anach.
cap. περὶ δυνάμεως

A certantes, aduersarios ipsos uicisse putant. Habuit & Athletarum gymnastica pugnae aduersus palum exercitationem: cum Vegetius scribat, palorum usum non tantum militibus, sed etiam gladiatoribus plurimum profuisse, necumquam aut arenam, aut campum uictores ullos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati. Huius meminit quoque Plato 7. de leg. Aristoteles in Polit. & Iuuenalis Saty. 6. lib. 1. de re milit.

aut quis non videt vulnera pali.
Quem cauat assiduis sudibus, scutoq. lacessit
Atque omnes implet numeros,

Ad haec bellicā gymnasticā, pugnarum armatarū utrarumq. exercitationibus minime caruisse, abunde dēmōstratū est & a Platone, 7. de legib. & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusce B exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari oēs docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendū exercerentur, rudia tela plerumq. in usum uenisse. quod enim huiuscemodi cōcertationes maximā ad belli peritiā utilitatē praestarent, nemo qui hisce tēporibus eorū professores spectauerit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul & defensione praeposuerit, in ipsisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarē monomachiam illā fuisse, quā Hermippus Mantinaeos inuenisse, & Cyreneos aemulatos esse Athenæus scribit, ego ferme credo: sicuti similiter existimo, quam scrimiam lib. 4. uulgus dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falso C autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia uidetur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus conducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec est, aut minus laboriosa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auersiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas post cenam factitasse, Posidonius auctor est. Iam uero omnium frequentissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatam scribit Vegetius, quod a lib. 1. de re singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ita ut mica- milit. c. 11. re non possent, & sex pedibus eminerent: contra illum palum ue-

luti contra aduersarium scuto, & claua tamquam gladio se quisque D exercebat, nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus mi naretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, insultaret, insiliret, & quasi praesentem aduersarium, sic palum om ni impetu, omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gymnastica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoscet ille, qui Antylli orationem apud Oribasium pensitauerit. Is quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualetudinarijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum paratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis locis, rudibusque telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia inue xisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastae munera etiā armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui condu E centem recenseat. Nam gymnasticos tam armorum, quam umbrae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare monstrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura sciomachiam com mendauit, hoplomachiam uero a Damea inuentam multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. Quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuisse, praeter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonstrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praue exercentem, siue potius aduersarium grauiter & praesertim in ocu lis ferientem, hisce uersibus carpit.

6.collect.

2.de tu.ua. c.11. & 12.

Lib.8.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Fecisti medicus, quod facis hoplomachus. F

Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuiuis esse potest, pugnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasticae specie locum habuisse. Iam ad alias, quae restant enarrandae, antiquorum exercitationes, transeamus.

De nonnullis alijs exercitationum speciebus. *Cap. V.*

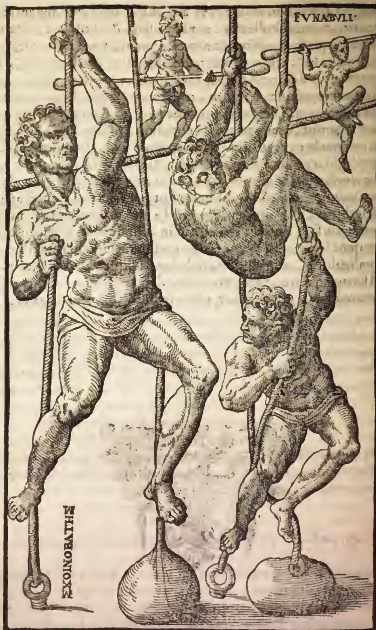


RAETER exercitationes, quas iam perspicue quantum in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, multae aliae exstitere, quae licet ubique locorum, prout temporum & hominum uariae occasiones postulabant, agerentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueuisse, Galenus sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ διὰ χοινίυ ἀναρριχᾶσθαι τὸ ἀκρο-

χειρί-

A χειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν· ideſt, per ſunem adſcendere, manibus colluctari, ac plethriſſare, & pytiliſſare. Quomodo ſeſe per ſunes adſcendendo exercerent, ſine labore cognoſci poteſt ex hac, quae in ſculptis gemmis ueterum ſpectatur, deſcriptione. Vnde iure ſimilem exercitationem inter uehementes Galenum repoſuiſſe colligitur. nam ſunambulos, ſchen obatas a Martiale Satyra iij. uocatos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuiſſe, non modo ex praedicto icone recognoſcitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletiſsimo hoc teſtimonio confirmatur: Ita populus ſtudio ſtupidus in ſunambulo animum occuparat. Funambulis non admodum diſsimile fuit genus id ludi, quod apud Heſychium, & Pollucem σχαπάρδα uocatum inuenitur, in eo
B enim trabs ſolo depacta erigebatur in cuius ſummo foramen erat per quod ſunis traijciebatur ex una parte ſuniculi, alter auerſus circumlegabatur, alter ab altera trahebat, ſique trahens ſocium uſq. ad ſummum traxerat protinus uictor denunciabatur, ſin alter reſiſtens minime ſe trahi ſinebat, penes ipſum uictoria iudicabatur.




FVNABVLI·
ΣΧΟΙΝΟΒΑΤΗΣ

A ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. valet. cap. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant, siquidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχειριστὴν quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, vt non prius eos dimitteret, 6. Eliac.
B quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicunque pariter militari gloriae inuigilabant. interdum ἀκροχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis exercitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paullus Aegineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum varijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum vterque verbis plane ijsdem scripsit, ecplethrissare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque vicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursitans 2. de tu. va. cap. lib. 2. li. 1. fen 3. doc. 2. c. 2.
C uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πιτυλίζειν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem; alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, In Misc. facillime ex Galeni, ac Auicennæ oratione conuincitur, a quibus pytilissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim In vita Lycurgi. proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sublatis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando consuesceret de-

fatigari. de hoc item locutum esse Iuuenalem arbitratus Scaliger legebat.

Sat. II. *Qui Lacedemonium pitylismate lubricat orbem.*

Sed nos aliter superius legendum demonstrauimus. Praeter haec enumerantur aliae exercitationes a Galeno, veluti si cuipiam alter iussisset, vt se violenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non manibus modo, verumetiam cruribus, spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dum alias conuellere se, mouereq. e disco inuncto, super quem erectus manebat, vt ex praesente pictura apparet.

2. de tu. ua.





uolenti permitteret, alias utique si manus exercitandas curabat, pu- D
gnum aperire iuberet, qui similiter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris ostensionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum cōferre credebatur, quēadmodum item cum alterum quis medium cōplexus, aut etiā ipse medio cōprehensus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem cōplectebatur absoluere sese iubebat, aut ipse se a cōplectente soluebat. Ita quoque si quis alterum, qui ipsum uersus se inclinabat, a latere aggressus ilia manibus complexus, seu onus aliquod sublatū inuicem protendebat, reducebatq., ac magis si dum gestabat ipse, nutu renutuq. corporis usus esset, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorsum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam om- E
nes similes motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quā exercitationes per se separatae erant. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto significantur sub his uerbis: *κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μὴ πῃ ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ὑπ᾽ ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία.* i. Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & nisi aliquo modo nosmetipsos defendentes euadamus, pōenas luemus, perinde atque illi, qui in palaestris in linea ludunt, quando ab utrisq. capti, in contraria distrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quādo describens ludum distractorum haec verba habet: *ἡ δὲ Διελκυστίνδα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ* F
ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι, ἔστ᾽ ἂν καθ᾽ ἕνα μεταστήσονται, παρ᾽ αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες. hoc est. Dielcystinda autem, plerumq. in palaestris luditur, ueruntamen etiam alibi. Duae autem sunt puerorum partes, alij trahentes alio, siq. ad illam partem transmigrauerint, penes illam uictoria est.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*



PIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praesertim apotherapeuticas ab optimis gymnasticis repositas fuisse, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. ualet. lib. & ante ipsum Coelius Aurelianus inter medicos nō infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti

thoracis

A thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, coguntur que, ut expiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusque generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraque spirationi deseruientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae duplicem spirationis cohibitionem in usu habebant,

B alteram, in qua uniuersi thoracis musculi tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoque musculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae sub septo sunt, uiscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas nec non uentrem cingentes felicius propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiuscemodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum auctum confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undique compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius rursus propulsusque fuerit, etiam penitus pertransire, extenuati iam excre-

C menti secum nonnihil arripit; quinimmo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motu utraque coacta. ut nemo his rationibus perspectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendarit; quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum exstinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de caussis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionem, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, deinceps

Prob. sect. 33.

3. de Sympto. causis

uehemen-

uehementius & diutius spirationem inflatis buccis contineri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. secundum praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐκφοροταγωγῆς agenda, antiquos medicos uoluisse reperio. Athletae autem quamuis hoc exercitationis genere forsan non vterentur, nimirum quod nullibi ad gloriam, siue spectatorum oblectationem assequendam ipsis deseruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes spiritus quoque retentione duabus de causis usos credo, tum ut a lassitudine recrearentur, perspirabileque simul & purum ad subsequentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus significasse uidetur; tum (quod rationi magis consentit) ut maius robur in impulsionibus, compresionibus, saltibus, atq. similibus ex spiritu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quodā modo uires effici, si spiritus detineatur, quotidie declarant onera gestantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maximos labores facilius sustinere queant, spirationem cohibere cernimus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, & robur crescere faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, sicuti dicebat Aristoteles, retentus spiritus uenas implet, itaque humores exire, difflariue non patitur; vnde postea retentis illis neque laborantes sudoribus diffluunt, delassanturue, neque uis, quam in humoribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes fatētur, ulla ex parte flaccessere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus in libro de praeceptis sanitatis, consueuisse aliptas, dum athletas fricabant, ipsis iubere, ut spiritum interciperent, sicque fricationibus contra niterentur, quasi ita partes corporis inunctas, & contrectatas distenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τηρῶντας, τείνοντας, legendum esse, omnis ratio pſuadet: etsi bonus. Erasmus diligens nimis interpres hoc non uiderit. Ex quibus omnibus clarum efficitur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retētione adiumenti capere consueuisse, quemadmodum medicinae gymnasticos eandem quam plurimum aestimasse (ni fallor) abunde probatum est. Immo vero etiam athletas ostentationis, & spectatorum voluptatis gratia in spiritus retentione se quādoque exercuisse. inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & praesertim fronte ac etiam costis & pectore robustis vittis ligato tamdiu spiritū retinuisse legimus, quousq. prae impetu intumescentes venae ligamina illa discinderent. id quod satis confirmare possunt imagines, quas Ligorius inter aenea Illustrissimi Ferrariae Principis summi bonorum patroni signa se inuenisse, atq; ab eis hasce.

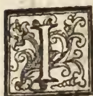
3. dtu. va. cap. 2.

2. partic. prob. 1.



propria manu expreſsiſſe nobis ſignificauit. In ipſis namq. uidere licet faſcias pectori, & coſtis vt meminit Galenus circumuolutas, tum ventres atque ſcrotam (ſicut fit in ualidis ſpiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero ſint raſo capite, ſolis quibuſdam in ſummo uertice capillis apparentibus, ſimulque halterem e brachio ſiniſtro pendentem gerant, puto quod & ſerui eſſent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in ſpiritu retinendo celebres ab artifice repraeſentati fuerunt. etenim ſeruos apud multas nationes caput raſiſſe legimus, quemadmodum & Dacas ſeruitijs nobiles toto capite raſo, atque cirro tantum in ſummo uertice relicto incedere conſueuiſſe, memoriae proditum eſt. D

De Vociferatione, & riſu. *Cap. VII.* E



INTER ceteros, quos plurimos, atque neceſſarios in humana uita uſus habet ſpiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud ſit, quam aeris uehemens percuſsio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a reſpiratione ſola, uel ſaltem non abſque ipſa ſuppeditari, Ariſtoteles, & Galenus praeclariſsimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum eſſe duxi, ſi, poſtquam de ſpiritus retentione uerba feci, ſtatim uociferationis tractationem ſubiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam pauciſsima de uociferatione ſcriptis tradiderit, quaſique eam inter exercitationes numerari debere non cenſuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribaſium medicus celebratiſsimus non modo eam exercitationem eſſe uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuerſorum curationem, tum ad uocis ipſius cultum ualde aeſtimatã fuiſſe ſcripſit, quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore poſterioribus ſaeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae profeſſores, aut militaris diſciplinae ſtudioſi hoc exercitationis genus in uſu haberent, & ſi apud nullum auctorem notatum aduerterim: perſuaſum tamen mihi eſt, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipſorum profeſsioni aut conuenientem aut ſaltem neceſſariam exercuiſſe. Quod ſi dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conferendis clamoribus non ſine utilitate uſos, quando Caeſar haud fruſtra antiquitus inſtitutum fuiſſe ſcribit, ut in bello committendo ſigna undique concinerent, clamoremque uniuerſi tollerent, quibus rebus F

lib.i.ſer. 3. cap.5. li.1. fen.3. doc.2. c 2. — 3. de bello ciuili.

A bus & hostes terreri, & suos incitari existimauerũt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae cõferre. Duo solum hominũ genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores, & medicorũ gymnasticos. Histrionicã enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similiũ recitatores, nec non uocibus certantes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locupletisimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus tẽporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari cõsueuisse. ob qđ uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Aureliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur: quem morem usque ad Galeni tẽpora perdurasse, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamẽtorum composi. secundum locos lib. multa medicamenta recenset, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum ante, tum post certamen utebantur, ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citharaedos, s. praecones, nec non tragoediã, ac comoediam personatos repraesentantes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuiuis intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis drammatibus, rhapsodijs, alijsue imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, atq. ijs interdum uniformibus, interdũ uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa intam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijsue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

Menophili penem tam grandis fibula uestit,
Vt sit Comoedijs omnibus una satis. & alibi:
Dum ludit media populo spectante palaestra,

Heu

Marginal notes: 11. & 19. partic. (beside "Plato in Ione"); lib. 5. chro. cap. ult. (beside "Coelio Aureliano"); In Ione. (beside "& cantu"); 19 partic. prob. (beside "scribit Aristoteles"); li. 7. c. 25. (beside "Cornelius Celsus"); Lib. 7. (beside "Menophili")

Heu cecidit misero fibula, verpus erat. D

& quemadmodum Iuuenalis insinuat ubi scribit.

Sat. 6. *Soluitur his magno Comoedi fibula.* &

Si gaudet cantu nullius fibula durat

Vocem uendentis praetoribus.

Satis itaq. constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum tẽporibus in usu exstitisse histrionibus, magistrosq. phonascos, sicuti artẽ phonasciam a Theophrasto fuisse appellatã. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Graecos, quam Romanos locum secundũ Pausaniã imagine theatri constructum habuisse, in quẽ deferebantur poemata, priusquã in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, ᾠδεῖα Graecis, a Latinis ipsis odeum uocatũ, in hoc uocis exercitationes, E atq. certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronẽ, musicũ certamen instituisse, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistae, atq. psallocitharistae certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiorũ exedris, in quibus philosophos, & rethores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, se ipsosq. exercuisse suspicor, cũ ad formandas excollendasque uoces alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus, quẽ Demosthenem cum lingua ob spiritus imbecillitatẽ haesitaret Neoptolemo histrioni decẽ millia drachmarum numerasse, ut cũ uno spiritu uersuum periodos proferre faceret auctor est Plutarchus in decẽ oratoribus. Porro finis, cuius gratia huiuscemodi exercitationes F ueteres in usum prouexerint, multiplex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere possumus; nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντιςρόφους siue aduersarios superarent, uel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haud quaquam certo scio. sed cum animaduerterim, Cornelium Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes claram lectionem cõmendasse, similiter & Coeliũ Aurelianum antiquum inter latinos medicum in dolore capitis uocis exercitiũ anaphonesin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idem adhibito praeceptore administrandum

Lib. 1. Atti.

In Prot. In lib. de tuen. san. In xix. partic. prob.

Lib 1. c 8. lib. 1. chro. c 1. & lib. 2. cap 6.

A strandum consuluisse, ad credendũ adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos tempora & regulas calluisse: tametsi postea Plutarchi atq. Antylli tẽporibus ipsa maius incremẽtum susceperit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationẽ uocis rite initam non modo ad uocis conseruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinẽ, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, utpote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorẽ excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principalissimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inserat. ob quae fortasse refert Galenus, Thessalum illũ, aetate Neronis, ut scribit Plinius, magna in existimatione habitum & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiuscemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demõstrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cũ aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. spõgia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquã prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeue clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere uidebantur. sin autem uersus sciebant, iambicos dicebant, & tertius C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praestãtius iudicabatur memoria recitare, quã legere, &, ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quã nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabantur, uocẽ quam grauissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eam redigendo: deinde cum non multũ in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paullatim uocem diminuendo, donec ad grauissimam, a qua ductum initiũ erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uiriũ, alacritatis, consuetudinis, & deniq. aliorũ, de quibus Plutarchus in libro, quẽ de conseruanda ualetudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quã sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiusce modi exercitationi minime necessaria iudicauerit Socrates. Ad hoc

In lib. de tu. ual.

4. Meth. lib. 29. c. 1.

In lib. de tu. ual.

pertinet & illud, quod a Plinio lib. XXXIV. cap. XVIII. relatum est, D Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica exclamantem alendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam diximus, in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & modulos obtinuisse, merito quis a nobis sciscitari posset, qua ratione illud factum credamus, cum Plato compluribus in locis diuersam & paene contrariam gymnasticae musicam effecerit, quod altera animum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musicam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque composita est, omnino a gymnastica separari, quia sic animorũ solatio atque iucunditati solummodo studet, moresq. hominum aliquo pacto componere apta est: ob quod eãm Plato & Aristoteles in optimis rebus publicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus uero musica ipsa uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios sonos, E qui nõ sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica eam locũ obtinere perspicuum fit. cuius rei illa asignari ratio potest, quod musica tota ordinatis uocis motibus plena exsistit, qui secundum Aristotelis sententiam naturam uiresq. nostras & augent, & seruant. ut hac de causa nemo infitiari debeat, quin musica, perinde ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abscissione curandis modo uocis exercitium musico monitore compositum, modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum ordine seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, uel musici praecipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gymnasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ul F tra clamores, atq. ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt, lacrymas'quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multarum exercitationum instar exinanire possunt. Eticcirco Aristoteles iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus prohibent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν
" παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
" τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
" γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν
" ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id est: Puerorum uero distensiones atq. ploratus, qui in legibus prohibent, haud recte faciunt, cõferunt enim ad incrementũ, cum sint quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanque cohibitio laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum distensis

19. partic. Prob. 38.

lib. chron. cap. 5. & li. 2. c. 6. & 13

7. Polit. cap. ult.

A stensis contingit. Ex quibus plane patet Aristotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem censere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiscere consueuisse memoriae mādauit, quasi illud ad augendas actionum vires non parum adiuuaret. Risum pariter si quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (siue is titillatio praecordiorum exsistat, quemadmodum Aristoteles sensit, siue, vt est apud Meletium, motio quae in facie exsistentes musculos distendat, siue muscularis dilatamenti motus, qui a spiritus agitatione ab intimis visceribus impellitur, siue quid aliud sensum atque intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora nostra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non videt hominibus, dum rident, tota uiscera commoueri, ignescere faciem, caput & pectus concuti? innumerisque fere affectionibus eorum statum affici, quae B sicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoque alios non parum iuuerunt, vt falsum dixisse apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme constet, qui risum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodesse credidit.

2. Tusc. q.

2. de part. animaliū. & 35. part. prob. 6.

In lib. de nat. hom.

In Paed. Cyri.

De Cricilasia, Troco, Petauro, & Pilamalleo. Cap. IIX.



SI ea omnia, quae antiquis temporibus vsitata, ac, vt sic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, sicut de anatomica arte narrat Galenus, peruenissent, aut ab auctoribus scriptis mandata non interiissent, multos profecto labores, quos homines quotidie in obscuris, ac anti- C quatis rebus ad lucem reuocandis sustinent, citra vllam iacturam effugissent. sed quoniam alia temporis diuturnitate, asperitateque obsoleuerunt, alia difficili obscuritate deprauata sunt, alia scriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam saeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum est, vt in dies cogantur homines obsoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemque neglectis & deturpatis splendorem restituere, necnon in tanta obscuritate coacti, somniantes quandoque a veritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque similem prouinciam susceperim, qui artem gymnasticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obscuratam, & emortuam ad lucem reducere studeo, mihi tanto maiore excusatione dignus videor, quanto pauciores, aut fere nulli scriptores supersunt,

2. de anat. admini. in princ.

a quibus institutum meum dirigi queat, ne sileam plurima exercitationum genera, quae quod temporibus nostris desueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirmãdum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam κρικηλασίας, quae circuli impulsum latine sonat, modum atque figuram tametsi Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones dignoscere. Sed ne quis nos uel crassae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuste notare queat, ipsius Oribasij uerba graeca ex Vaticano codice descripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6. ad Iulianum leguntur. D

cap. 26. Ἐλάσσονα δὲ ἐχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώπου, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ μὴ κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλανημένον, ἔσω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύλινον ἔχων τὴν λαβήν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττούς, τὸ δὲ οὐχ οὕτως ἔχει ἀλλ' ὁ ψόφος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ, E

idest, Habeat uero circulus diametrũ hominis longitudine minorem, ita ut ipsius altitudo usq. ad mammas pertingat, neq. secundũ longitudinẽ, sed in trãsuersum impellatur, si autẽ impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumpositos superuacaneos esse putarũt: at hoc minime ita se habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationẽ, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumferentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga ansam habente in transuersum latus impellere consueuisse, a quo ducta metaphora M. Cicero ij. epist. ad Atti. ix. scripsit. festiue mihi crede, & minore sonitu quam putaram orbis hic in repub. est conuersus, sed cum hac aetate in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formam & conditiones penitus cognoscere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum: F

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem potest, at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortasse in animum induxerit suum; uerumtamen rem secus se habere facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam ligneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur,

ut,

A fit, praeter nominis illud indicantis uim, testatus est tum Lucilius, cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam Iuuenalis Saty. 14. hoc uersu.

An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quiq. solent rectum descendere funem

& Martialis libro 11.

Quam rota transmisso toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae assimilari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur assere funibus quattuor ad laquearia suspenso, & ibi sedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscellarum appellatione a ueteribus significatum puto: atq. id forsan est, cuius B meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum sudorem laudat, ut aeger ponatur super instrumentum, quo pueri, uel iuuenes solent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Festum ait, petauristas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, siue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis usurpatum fuisse apud Thracas, Aegyptios, aliosque populos ex historijs unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, atque Tiberij Caesarum nummi, in quibus hunc in modum oscellarum ludus repraesentatur.




OSCELLAE VEL PETAVRV

A Qui licet ab hodiernis oscellis diuersus sit quo ad modum, nihilominus re ipsa nequaquam distare facile perspicitur; quod in aere uideatur non secus lusores quassari solitos fuisse, atq. nunc agunt, qui similiter exercentur. Neque forsan prorsus absonum est raptorium illud machinamentum a Coelio Aureliano macron sparton uocatum uel ipsummet petaurum, uel saltem non ei disimile fuisse. 5.chron. cap.ult. Iam uero si quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilasiae aequiparari queat, id profecto est trochus, quem Martialis ita pluribus in locis descripsit.

Inducenda rota est, das nobis vtile munus, lib. 14.
Iste trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur anulus orbe vagatur. ibidem.
Cedat at argutis obuia turba trochis. &
B *Lydia tam laxa est, equitis quam culus aheni,* lib. 11.
Quam celer arguto qui sonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui sono spectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulsor cum ansa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & versi clauis adunca trochi. lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilasia sua appositissime depinxit, nisi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpositos tradit, praeterea Cricilasiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuisse significauit. Quibus duabus postremis rationibus adductus in eam sententiam uenio, quod Cricilasia exercitatio aliquo pacto diuersa a trocho Latinorum exstiterit; propter hoc tamē quid trochus foret, mi-
C nime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emissum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci *βέμβικα* nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ' ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. idest:
At pueri scytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quisq. suum in triuio.

Et quem appositissime descripsit Virgilius his uersibus 7. Aeneid.

Ceu quondam torto uolitans sub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro vacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena
Curuatis fertur spatijs, stupet inscia turba,
Impubisq. manus mirata uolubile buxum

Dant animos plagae, D
minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruā gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum seu anulos habebat strepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes sonitu audito longius ab incursu trochi cauerent. Postremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuersum antiquorum trochum exstitisse, quem (ut ego puto) apprime repraesentat haec figura, E



F

a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumēto expressa in uia Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod praeter anulos dentes quosdam circulo infixos & mobiles monstrat. quos ad strepitum maiorem edendum appositos fuisse uero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeraret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, discine, trochiue quiescit,
Ne spissae risum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenseat:

pro-

A proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationem fuisse, & illius praesertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His dissimilem formam habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab'hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa fere Europa usitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exercitatione non caruisse forsan contendat, cum apud Auicennam in- loc citatis.
B ter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna aut parua lignea efficiebatur, quas condiciones apprime nostra pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent.

De Equitatione. *Cap. IX.*



ACTENUS eas exercitationes prosecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidē sponte, & quodā modo libere mouebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur.
C quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, neimpe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scipsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem exstitisse, auctor est Plinius. post Bellorophontē Thessali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim usq. adeo creuit, ut Hippocratis tēpore omnes fere Scythae equis ueherentur, qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus

Margin notes: 3. de tu ua. — lib. 7. c. 56. — lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad D
coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant infecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime
1.Rheto. sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesima quinta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones; E
Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. studium
7.Metho. equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercora equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent, si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria caussa tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs parcere quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quasi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in quibus certaminum tempore de huiuscemodi factionibus aut studio- F
sissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martialis uersibus quisque coniectura assequi potest.

lib. 11. *Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis*
Peruenit, & victor praemia plura refert,
I nunc liuor edax, dic tu cessisse Neroni.
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiua meus, Venetoq. loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasinae factioni fuisse tempore suo, quando Martialis quoq. floruit, testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

Per-

A *Percutit, euentum viridis quo colligo panni.*
Nam si deficeret, maestam, attonitamq. videres
Hanc vrbem, ueluti Cannarum in puluere victis
Consulibus.

Has uero in fauendo diuersis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimaui, quoniam Romanorum quorumlibet uestimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, sed praecipue rubeo magis fusco, ut Martialis hisce uersibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

Roma magis fuscis vestitur, Gallia rufis, lib. 14.
Et placet hic pueris, militibusq. color.

& ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae sibi similem B colorem profitebatur. Etsi huic sententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba.

Cuius equi venient, facito studiose requiras, 1. de arte
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, faue. amandi.

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticā uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testatus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exerceri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit, easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes eui- 8. de leg.
C denter collocauit, sicuti Xenophon pariter sentire uidetur, apud quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponēs sic loquitur: *μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου, οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον.* i. Post haec autem equum adscendens ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello necessarijs equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo modo per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs eius uiuēdi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: *νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰσχόμαχε ἀρεσκόν-* In Oecon.

τως

τως γε μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμένους χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμελείαις, ταῦτα πάντα ἀγατὰ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem o Iſchomache ſic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim ſanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim, & Iſchomachi, & Socratis ſermonibus clariſsimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas diſciplinas comparandas equitationibus uſos. Quod uero medicorum gymnaſtae equitationes ad ſanitatem recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam orationem, unum Galeni teſtimonium ſufficere deberet: qui inter reliquas gymnaſticae exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, ſed etiam ſenſus exerceat, ſcribit: niſi quoque Antylli, Aetij, & poſtremo Auicennae comprobatio accederet, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exercitationes repoſuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curaſſe memoriae prodidit Suetonius: ut hoc exemplo perſuaſi credere debeamus equitationem tamquam utiliſsimam a medicis ſemper magnopere exiſtimatam fuiſſe: quamuis & apud ipſos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, & illis an gradarijs, an aſturconibus, an ſuccuſſatarijs, an concurrentibus: quorum omnium diuerſas operationes ſuo loco explanabimus.

2. de tu. ua. cap. 11.

Loc. citat.

De Curruli uectatione. Cap. X.

DIXIMVS duo eſſe exercitationum genera, alterum in quo homines a ſe ipſis ſolum mouentur alterum ab alijs, ſiue, ut Ariſtotelis more loquar, alterum in quo ſuapte natura, alterum in quo alio mouente ſeſe exercentes mouentur. De primo ſuperius tractauimus, de altero quod geſtatio a Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, alijsque antiquioribus medicis Graecis αἰώρα uocatur, in ſequentis uerba facere polliciti ſumus. atque iam de equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, ſermonem explicauimus. ad alia igitur tranſeuntibus prima ſeſe offert in curribus uectatio, quam antiquiſsimam fuiſſe, nemo infitiatur. ſiquidē, ut

2. de tu. ua. cap. 11.

A ut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iunxerit fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atque ulmum. Vnde elicitur ueteres ex huiuscemodi lignis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum rotis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas postea etiam sex rotis currus construxisse memoriae tradidit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis non modo rotas, sed tota uehicula eborę ornata fuisse, legimus apud Plautum in Aulularia, sicuti Plinij tempestate tota essedа atque uehicula auro, ac argento insignita conspiciebantur. Varijs praeterea rebus co-

Li.16.c.42. & 55.

lib 7.c 56.

lib de aere aquis & locis.

li. 34 c. 17.

B operta fuisse uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quem admodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uiris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monstruosa animalia, sed etiam feminas nudas curribus iunxisse, ijsque ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumque luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatusconsulto uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam, atque iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutar-

Lampridi' in uita Heliogab.

C chus. In quibus deinceps ne sederent, neue equis per urbes ueherentur. M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consulens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quando, siue ludos, & sacra certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus ea usitata apparebit. Quis quaeso nescit nona & nonagesima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissime assimilauit, nec non bigas, quadrigasue curruum genera in publicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Romanos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur,

lib.27.c.7.

tur, pro praemio uictorem absinthium bibere consueuisse, quasi sanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An uero gratia bellicae disciplinae adipiscendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Existimo tamen, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tempora, atque etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebãtur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in curribus se exercere ueteres consueuisse, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuersorum agendi currus modorum expertes superarentur. Ceterum quod medici gymnastici similem uectationem tam pro sanis conseruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in usum receperint, clarissime testati sunt Galenus, Antyllus, Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnasticae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitantibus (quod paucissimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. hujus etenim quasi duo genera effecisse uidetur Galenus, alterũ in quo homines uecti sedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe, frequentissime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco scriptum est a Plutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontij festo prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio non relinqueretur. Nũquid autem sani simul, & ualetudinarij in ijsdem uehiculis exercerentur, indicasse mihi uidetur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, necnon bigis gestari solitos, atque illos a principio per triginta stadia moueri, deinde ea conduplicare; hos a stadijs triginta, aut quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis sine ullo discrimine usos esse, uerisimile fit: etsi fortasse principes tectis potius, quam detectis uectos credere possumus, quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum prospera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo undiq. obtecto gestatum esse, sicuti Plinius junior ob oculorũ infirmitatem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro septimo, ita scribens ad Cornutum suum: „ Pareo collega clarissime, & „ infirmitati oculorum, ut iubes, consulo. Nam & huc tecto uehicu„ lo undiq. occlusus, quasi in cubiculo perueni. Ex his igitur omnibus cuiq. cognoscere licet, talem exercitationem non minus ceteris

In paed. Cyri.

Oribasius li.6.c.25.

2.de tu.ua. cap.11.

In probl. Rom.

A risa gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, nimirũ aurigas si possideret; insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum & mensurã, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Petoritum, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thensam, Cisium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omniũ fere eadem esset, B & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi. 2. de tu. ua. cap. 11.

De gestatione in Lectica & sella. *Cap. XI.*



LECTICAM, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare pedibus nõ poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studuerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsan sine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior caussa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperato C res, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medici gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis concreditorum traduxerint. utcumque sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat, attamen uerisim le est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostrae disimilis, uel potius similis; credo non admodum disimilem exstitisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis

sex

sex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nuncupabatur, uti ex his uer D
Lib. 6. sibus Martial. perspicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet, quod lectica gestari uellet.

Cum sis tam pauper quam nec miserabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum vinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio si spatiere foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. vehit similem belua nigra Lybin
Inuidiosa tibi quam sit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro:

similiter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam sandapilae siue feretro mortuorum similem haberet. E

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,*
Cum tamen haec tua sit Zoile sandapila.

Lib. 6. libro 1. ad uxorē suā. Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper a sex seruis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) siq. interdum aliquis lecticariorum numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam insanum uocat, quod ab octo seruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

Octaphoro sanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu si sanum credis Auite, furis.

Cum itaq. lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro sede F commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudebatur inseruiebat, ut Iuuenalis testatur his uerbis.

Sat. 3. *Namq. facit somnum clausa lectica fenestra.*

tamq. frequens illius erat usus, ut castra lecticariorum, qui solum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac gestandis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipsis dabantur, & alia in castris fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium Imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi spectaculaq. publice edendi ius tribuisse scribit. Atqui sellam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpres; alteram, in qua sedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta sinebatur,

A batur,& a nonnullis,ueluti a Coelio Aureliano,portatoria sella,ac fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuisse, atque inde curulis sellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam,in qua iacebant, non habemus,quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicem gerere,atq. ipsis eandem rem significasse lecticam,& sellam iacendo,sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit, eius.s.in qua lecti sedebant,& eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica,tum sella instrumenta quaedam,quibus diuites, senes, lib.1.chro. cap.1. lib.5.c.6

B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis uehebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualetudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas ullum studij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis seipsis,quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in sellis in usu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur, in quibus is modus secundum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neq. plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die ob 6.d tu. ua. cap.4. lib. epist.1.

C seruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, sellam, atque lecticam idem exstitisse, prae ceteris unum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait. Orib. loco citato.

Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recuso lib.10.
Per medium pugnas, sed prior ire, lutum,

quod similiter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cõfirmatur, Ipsas quoque iam lecticas,& sellas, quis in publico quoque domestice,ac secrete habebantur, eierauere. Iam uero sellarum alias fuisse pelliceas, alias osseas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

De

De agitatione per lectos pensiles, & per cunas facta, & de Scimpodio. Cap. XII. D



VOD agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub κλίνης vocabulo a Græcis complexos sentio, factam inter gymnasticae exercitationes recensere velim, forsan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant, paucissimiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: veruntamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me silentio praeteriri debeant, non video. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, E tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare posse, vt praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sententia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit Celsus, vbi dixit, si ne id quidem est, uni lecti pedi certe funiculus subijciendus est, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus. & si Oribasij interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorum eas nullum vsum habere censeant. Quibus similis quoq. est exercitatio illa puerorũ, dum in ulnis a nutricibus gestantur, quae & a medicis, & a Platone pro ipsorum valetudine mirum in modum probatur. Eadẽ prope est tam lectulorum, quam balneorum pensilium ratio. quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusiense frequenter usurpata apud F Plinium traduntur, vt is infirmorum voluptatibus ac iucunditatibus inseruiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti inuentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepererunt, ita quoque utentibus multam vtilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum videtur; atque inde emanasse, vt posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, vel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum vsum aliquo tempore exstitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia uulgatae, & omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur, opere-

[Margin notes: Oriba. lib. 6. collec. — lib. 3. c. 6. — 7. de repu. — lib. 26. c. 3.]

A operae pretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam lib.26.c.3. paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scripsit Plinius) constru- li.33.c.1 ctos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligaban tur, ita ut terra sublati aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata teste Plinio, pri- lib.9.c.53. mum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uoluerunt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu-
B cillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscúq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaque titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam
C esse, quãdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiuscemodi exercitationem, quãta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotantium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπόδιον Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustũ ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo ge-

ſtabantur, ſecundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, ſcimpo- D
dio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctum, ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus, ſaltim ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat.

Sat. 1. *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, vehatur*
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctiſsimi, & eloquentiſsimi filius eruditiſsimus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatā retulit.

D. M E
L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI
POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECAVIT. SE. L. AEMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET
AELIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO
ET. SIBI

10. Meth. neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀῤῥωςοῦντα βού-λομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. ideſt, aegrotantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Libalib.19.c.10. nius rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit, dum dixit: cum domiſum, in lecto iaceo; vbi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam F
idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda ualetudinariorum corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud
li.3.c.6. & machinamentum raptorium, & macron ſparton a Coelio Aurelia-
lib.5.c.ult. no uocatum, qualiſq. apud eundem recuſſabilis ſera Italica nominata, quibus duobus geſtabantur, nondum mihi plene compertum eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque factam inuenerim. niſi fuerit, ut ſupra diximus, petaurum, uel potius ſit Coelij contextus deprauatus.

De

A *De Nauigatione, & Piscatione.* Cap. XIII.



NTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus exstiterunt, nauigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qua nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum B usas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores exsistunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tū uomitu, quem frequentissime insuetis praesertim parit, tum uentis ac uaporibus siccis exsiccare natum est. quare dicebat Auicenna nauigationem leprae, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phtisicis, & sanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallionis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab hu- C iusce modi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo se misisse, & confirmatum a ualetudine rediisse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. 1. de re med. senserit phtisicis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quam in mari nauigare, & marina loca uisitare. quod etiam traditum est a Marcello medico. nam & Galenus 1x. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

4. Aph. 14. — 1. partic. Prob. 54. — 3.1. doc. 2. cap. 2. — lib. 31. c. 6. — lib. 5. epist. — Cap. 6.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis nauibus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tam odor, quam timor e maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, atque sic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit. contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. sensim corpus aperiunt, & salsae proprietatis caussa corpus adurunt, atq. eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoq. apud me, huic summopere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atq. ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginiensibus mari bellū indicturi milites in nauali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeium pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto milites in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarum esse posisit, Romanos exercendis copijs suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atq. huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium refecisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius uestigia adhuc manent, quemque tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano Imperatore editam hoc carmine descripsit.

In lib. de caussis na. — Lib. 26. c. 3. — Lib. 1.

Si quis ades longis serus spectator ab oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

Et

A *Et par unda fretis, hic modo terra fuit,*
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices, hic modo pontus erat.

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatum necessarium raro fieri consuesse. quod enim Virgilius de Aenea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine veri imitatione credendum est, quandoquidem alios ludos qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorum imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species 5. Aen.
B piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subijsse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur,

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq; animus, neque corpus in ipsa exerceatur, iuremerito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri censuit. quorum sententias duabus de caussis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declarauit; quasi exercitationem huiuscemodi non admodum pro In sophist. & 7. de leg. 2. de tu. san. cap. 8.
C barent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros atq. aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere student, quomodo durum & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vsus uiuendi eidem hic fuit. primum ut si facultas esset, idest si cum uxore nō cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo 6. de comp. med. sm l. 38. partic. prob. 2.

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum dicit Christum, Abraham & Orpheum, & huiuscemodi deos habebat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate uel uectabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piscatoribus Tiberinis, auctore Festo, agebantur; nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse.

De Natatione. *Cap. XIV.*



MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper natationis existimatio, tantumque per plura saecula illius usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorsus inertes continuo receperint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natandi peritia si non eosdem honores obtinet, quibus anteactis saeculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tanti fecerunt, haec una iudicio meo exstitit, quod primis illis temporibus apud
Sect. 27. Prob. 5. & 2. Rhe. c 4. respub. quascunq. uiri fortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, honorabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propagatio, penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti confisi pericula magis euadere possent, minusue formidarent, (quando saepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exer-
De Cyri minoris expedi. citui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores inter aquarum pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua etiā ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Mar
lib. 1. de re mili. c. 10. tium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exercitationes inirent, in altero sudorem, puluerēmq. diluerent, ac simul

A mul natare perdiscerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile sit iudicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis conseruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatú reliquit. quod item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, &, si uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, 7. collec. & a lauatione de qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoq. ratio persuadet, nempe quia in huiuscemodi motione insigniter uniuersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando 23. partic. Prob. 3.
B eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros 4. De locis affect. temporis sui in aquis γυμναστικὰς παιδιὰς facere consueuisse scripserit. Oribasius l.b.6. c.27. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam res uulgatissima silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora praecalfecisse, deinde e uestigio in aquam se proijcere debere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obseruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obseruaui, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus modis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstrauimus: (tametsi piscinas apud Varronem, & alios Latinae
C linguae auctores proprie loca piscibus alendis, & saginandis dicata significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uisuntur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasq. thasio lapide aliquando circũdatas fuisse tradit Seneca, natarent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius, qui in Epist. 7. & 13. lib. Epist. lib. 2. uillam suam exactissime depingens de balneis eius ita scribit. "Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in contrarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abunde capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocaustum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegantes, quam sumptuosae." Sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuscos suos describens inter cetera haec habet. "Inde apodyterium balnei laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium amplũ, si natare latius, aut tepidius uelis." Ex quibus omnibus satis apertum est,

est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij D baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edocēs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις. idest, in piscinis natando institutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις. quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasiorum aedificatam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta ,, uerba ait. In area piscina est: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5. Ligurini cuiusdam insulsi importunitatem describens dixit,

In thermas fugio, sonas ad aurem,
Piscinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quā fuisse Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub E porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicae piscinae ,, clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. Piscinae publi- ,, cae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, & , exercitationis alioqui caussa ueniebat populus: unde Lucilius ait, ,, Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est. De huiuscemodi piscinis scriptum est a Dione Maecenatem omnium primum in urbe aquarum calidarum natatoria instituisse. Quod uero in labris illis similiter natarent, uel saltem natantium instar mouerentur, conijcio cū ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauconem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commendat: quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiā in arthriticis curandis natationem minime sub dio factam, nec non F feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonstrat, primum in locis clausis & etiam apertis, qualis erāt areae piscina, alterum tā in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationé feruentem solum in labris factitatam. quod si Plinius in locis paulo ante citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohaeret piscina calida mirifice ex qua natantes mare aspiciunt, de calefacta ui solis, & maritimo situ potius quam de feruefacta ab igne, ut intelligit Coelius, uerba fecisse uidetur. Quae extra gymnasia, siue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari agebatur. de quibus sermonem habens Aristoteles, dixit, melius in mari, quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae suae corpulētia crassitieq. maiora, quam dulces aquae sufti-

23. partic. Prob 12. & 14.

A sustinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & consequenter minus illa penetrare potest, cum dulces aquae ob tenuitaté suá citius & leuius illabâtur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando construebantur, & ideo κολυμβῆθραι uocabantur, sicuti legitur apud Ioannem Euangelistam de Iesu Caeco, dicente, ὕπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ, καὶ νίψαι ubi natatoriam Siloe antiquus interpres transtulit. Itaq. natationé arcendis morbis, sanisq. corporibus exercendis & conseruãdis usitatam fuisse, iam satis patet: quando item Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & siccitates temperandas homines natare consueuisse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit. Cap. 9.

B

De Venatione. *Cap. XV.*



PRAECLARISSIMA extat Galeni sententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utilissimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quasiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non posit, maior ne sit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipsa, quae animalia cuncta hominis caussa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Ari- (In lib. de ludo paruę pilæ.) (1. Polit.)
C stoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumq. nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo nõ uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, iisq. ualidis, & sanis conseruandis uenationé tantopere aestimarunt, cuius nimirũ studio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aesculapius usque adeo, sicut refert Xenophon, arserunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, sibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero solam medicinae gymnasticam huiuscemodi exercitationem, sed bellicam quoq. & athleticam recepisse, probasseq. credendum est; si quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudiné, quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus, (In libro de ven.)

cumu-

cumulatiſsime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
in eo praeſertim, ꝙ non in auibus decipiendis, ſed in terreſtribus
animalibus ſine dolo capiundis laborioſe uerſatur, de quo magis
noſtram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne ſine il-
luſtrium auctorum teſtimonijs hanc ſententiã audacter nimis pro-
ferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnaſtica uenandi exercita-
tione uſa ſit, iam inceptam uiam inſequens demonſtrare conabor.
Quod enim illa bellicae fortitudini aſſequendae maximum adiu-
mentum praebere putaretur, locupletiſsime teſtatũ fecit Plato, qui
poſtquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi diſciplinam in tres
ſpecies, aquatilium ſcilicet, uolatilium, & terreſtriũ animalium di-
ſtinxiſſet, improbatis alijs duabus pro iuuenũ educatione, de terre-
„ ſtriũ uenatione in fine 7. de legib. ita concludit. πεζῶν δὴ μόνον θή-
„ ρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τῶν εὑδόντων,
„ κατὰ μέρη νυκτερεία κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. οὐκ ἀξία ἐπαίνου, οὐδ' E
„ ἡ τῶν διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ' ὁ φιλοπό-
„ νου ψυχῆς νίκῃ χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρίων ῥώμην, μόνη δὴ πᾶσι
„ λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν
„ θήρα σώμασιν, ὧν ἁπάντων κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς
„ αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελές. ideſt, Solum
„ itaque terreſtrium uenatio, capturaue, athletis noſtris reliqua eſt,
„ atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-
„ cturna uocata perſequitur, ſegnibus conuenit, nullamq. meretur
„ laudem, ſicuti nec illa, quae laborum intermiſsiones habẽs retibus,
„ & laqueis non laborioſi animi uictoria ferarum robur euincere co-
„ natur. unde ſolam illam optimam eſſe relinquitur, in qua homines
„ quadrupedia equis, canibus, & proprijs corporibus uenantur, quos F
„ omnes ſuperant illi, qui fortitudinis diuinae poſſeſsionem curãtes
„ proprijs manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi ope-
„ ram nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in com-
paranda fortitudine bellica diuina ab ipſo nũcupata, uenationem
dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipſe
ſub ἀθλητῶν nomine comprehendat, ſuperius indicauimus. Euidẽ-
tius, quam Plato, locum hunc explicaſſe uidetur Xenophon, qui
„ de Cyro in eius paedia ita ſcriptum reliquit: τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνε-
„ κα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆναι,
„ ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ ἱπ-
„ πικῆς δὲ ἀληθεστάτην.. ideſt, Exercitationis autem bellicae gratia
„ eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi-
„ ſtimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum opti-
mam,

A mam, & equestris uerissimam. Quo in loco nemo non uidet, quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere censuerit. unde postea in lib. de uenatione iuuenes ad capescendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum quod corporibus bonam ualetudinem comparat: tum quod eos ad bellum maxime instituit, strenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Aristoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi studium conducere uoluit, quinimmo illud ipsius partem manifesta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio supersit, quin inter ceteras militari gymasticae inseruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuisse dicatur. Quod uero nec athletica professio huiusce generis exercitio caruerit, uenationes in amphitheatris ab Imperatoribus saepenumero repraesentatae & apud Latinos scriptores mirũ in modum celebratae demonstrant: quae licet ab hac nostra multum diuersae fuisse appareant; illius tamen speciem praeseferebant, nempe cum bestiarij, atq. alij mortis supplicio condemnati eo prorsus modo aduersus feras usq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare consueuerunt. De medicorum gymnastica, quod scilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non constare arbitror, quando, praeter Xenophontis sententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corporis sanitati inseruientes eam reposuit, ludoq. paruae pilae in hoc solum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter C iuniorem Plinium, qui uenatione corpus sanum conseruasse insinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, contigisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli uenatores ob summam ualetudinem assiduis exercitationibus partam incolumes euaserint. ne silentio praetereã Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibis appositis delectari negauit: cui statim respondit coquus, ideo illud euenisse, quia nec in uenatu, nec in cursu laborauerat, & ideo siti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usq. adeo sanitatis, & uitae studiosum fuisse scimus, uenationi ita auide operam dedisse legimus, ut septem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto usus sit. Ergo manifestum cuiuis iam esse potest, quantum in exercendis pro ualetu-

(Marginal notes: lib. 1. poli. cap. 5. — 2. de tuen. san. — In libro de ludo paruae pilae. — lib. 5. epist. — in 30 contract. 13. c. 5.)

[Section markers in margin: A (line 1), B (at "tae & apud Latinos"), C (at "iuniorem Plinium")]

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius D cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, uisco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus, sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores hellebo-
lib. 25. c. 5. ro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circunciso uulnere caro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terrestres belluas peragebantur: illas uenationes aptiores existimatas arbitror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currenses, quam equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem, quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo,
7. de his anima quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E
lium. c. 36. quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud uenationis nostrae ualde disimile fuisse uidetur; quandoquidem illi ipsi lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant, unde aues ob strepitum excitatas euolantesq. accipitres desuper insectabantur, quorum metu aues perculsae terram repetebant, ibique percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus distribuebantur; nostrum uero accipitribus, atque asturibus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse, & Constantini Imperaroris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut etiam ignorarunt eam venationem, quae canibus arte quadam instructis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur. Sed de his satis. F

Explicit Liber Tertius.



ARTIS. GYMNASTICAE
LIBER. QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis vsu. Cap. I.



VM gymnasticae originem, eiusq. species, & specierum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clara, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis nostrae institutum relinquitur, prius uniuersales, communesue
B exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modo singula cognoscere, uerumetiam uti unusquisque posit: deinceps ad particularia & magis propria transeundum erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuisset profecto inanis prope labor, ac uanum studium exercitationes usque adeo apud ueteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnastam & condiderunt, & in quotidianũ medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, ijsque ad sanitatis profectum non oscitanter uti placuerit. Atque in hoc ideo magis mihi elaborandum esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita
C secutus in omnibus quidẽ artibus, sed praesertim in medicina vniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum similitudines ac disimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro scripsit Plato, principium sumit, probe discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam uiam incedentes, tractandorum omnium ab ipsius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum uehementia, remisio, celeritas, tarditas, & similia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendum est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atq. modus ex necesitate requirantur,

rantur,

rantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt D opinionibus, primo differentias illas exercitationem consequentes declarabimus: secũdo, quae sint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conseruandae ualetudini student: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; sicuti namque corpora omnia non omnem exercitationis speciem perferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicunque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis praescriberetur, ideo quincto subiungam quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum qualitates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in hac ma- E
1.de dieta. teria iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu necessarium positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uolumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Ga-
2.d tu. ua. cap. 7. & lib. d cibis bo. & mal. suc. leno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commissos emendare, prorsusq. delere natae sunt, ueluti M. Tullio contigisse fertur, quem mala stomachi valetudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum robo- F
In eius uita. rasse scribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina se ualidũ reddiderit. Contra, si eaedem temere nullaq. opportunitatis ratione fiant, nõ modo optimas corporis a natura constitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerumetiam plurima, ac saeuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sanam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, ijdem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, assiduisue medicamentis opus habeant.



Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate. Cap. II.*



I igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exsistunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercẽdis prauas omnino, atq. humano generi noxias sententias disseminare non erubuerunt. Hos etenim in tres sectas antiquitus partitos, esse scribit Galenus, quorum alij quascũque exercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes assuetos solum exercendos indicarunt, inassuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & recensere, & refutare operae pretium duco, ne si uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel si irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tamquam sanitati conducentia interdum accipiantur. Erasistratus itaq., Praxagorae, & Chrysippi in medicina successor, necnon Asclepiades Prusiensis magnae auctoritatis medicus inter alias absurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & sanguinis missionis usum in infirmis abrogandum crediderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum asserendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humorum omnium iusto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinẽtur ex ciborum moderata sumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indicat somnus, magis perficitur, a motu qualis est exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipsa deprauata necessario humorum harmonia, & ideo ipsa sanitas destruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem sibi adnexum obtinet, labor sicuti naturae nostrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam sanus homo priuari debet, e medio tollit, atq. sic sanitati potius obest, quam prodest. Tertia ratio erat, per eadem sanitatem praesentem conseruari, per quae amissa recuperatur, unde cum deperdita sanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conseruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & consequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo sanitatem corrumpere, & non conseruare nemo dubitat, cum ipsa in moderato calore & in commensurato natiuo humido

5. de tu. ua. cap. 11.

B (margin letter beside "censere"); C (margin letter beside "cat somnus")

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus detentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus uacare possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationibus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitationes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris persuadere conati sunt. sed eos uehemēter aberrasse, omnes plane confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utilitatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus nostris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant, quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suffocarent; quod praeuidens sagax natura meatus, ac uias multas illis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cum non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus exspirationibus a nobis separemus. alioqui si otio, & torpore huiuscemodi excrementa retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitialium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Platonem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete destrui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τροφῆς, ἀοκνίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio collocatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine excrementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur, membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtutes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἄνθρωπος ἐσθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod scilicet homo, qui comedit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistratum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eorum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in humorum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportune,

Margin notes: D (beside "mido tota consistat…"); E (beside "quae nisi continuo foras truderentur…"); 6. epi. co 4. (beside "ex eo Hippocratis oraculo…"); F (beside "…conseruatio col-"); 2. de dieta. (beside "euadunt. ut recte dixerit Hippocrates…")

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidē si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitationē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimam concoctionem non suggerāt, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum intempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuiuis perspectum est, eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum exercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eueniant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur.

B Quod porro in secunda ratione afferebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe

C ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philosophus adductus carnium usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamenta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobarunt; at ijdem sanos non modo a medicamentis, nō iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

Prob. sect. 5
1. de absti.
ab anima-
libus.

Libr. 1. in
prooe.
lib. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est mediocritatem transire, & consequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ueram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite administrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur; quae tametsi calorem natiuum augeat, superfluosq. humores insaniat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonstrabimus, tantum abest illam natiuum humidum consumere, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores dissipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum humidum turbare, ac inficere possent, idem conseruet, & simul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, siue caseis iam exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις, siue adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sanam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie dicta quam uehementem motum esse definiebamus, uera dicunt, & nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni motu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani uiuant, quando quotidie ea ratione complures aegrotare, atque etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carceribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, & usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Thaso aeris constitutionem describens, prauosq. in illa genitos morbos recensens, dixerit: Εγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι, καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστραν, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. idest, Fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus, atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exerceban-

Marginalia: com. 5. de artic. aph. 1. — 6. coll. cap. 2. — 1. Epid. c. 6. 1. aph. 11.

D E F

A cebantur, quoniam si recte uerba auctoris uenustissimi examinentur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscurum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nullam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Persae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flati-
B bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis consumere. Lib. I. Cyr. Paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi sentiebant. *Cap. III.*


EFVTATA eorum falsa opinione, qui exercitationem corporis ad sanitatem nihil conducere asserebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes esse censuerũt: quos praedictis meliorem sentẽtiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni auctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem 5 de tu. ua. cap. 11.
C hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum praecedant) dixerunt senem praecepisse, ut omnes homines ante ciborum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in usu positas sanitatem bonum excellentissimũ praestare, nemo negat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerũt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae cõtinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natiuũ calorẽ

consopirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progignerêt, D atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, difflaturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullũ reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab ijsdem iuuari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertissime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri similem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus prosint, quos immodicus coitus, siue λαγνεία secundum Hippocratem, Aristotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, & sic de singulis, pariter rationabile sit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti discrimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere sunt arbitrati, haudquaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi calidas naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua sententiam suã adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: siquidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nũquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollenda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, fal-

sum

Marginal notes:
2. de têper.
6. Epid. cô. 5. aph. 22. 1. partic. Prob. 51.
5. de tu. ua. cap. 11.
6. Epid. cô. 4.
F

A sum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpiratio, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abstinentia, soliusq. balnei usu se liberasse, sanosq. conseruasse testatur. quod uero postremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uersu esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nõ parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmissimos, si exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos, sed inexercitatos, & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore genitos moderatis exercitationibus naturae errores correxisse, & quasi nouum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alij; si quidem calidi & sicci immoderate, tametsi non sint imbecilles, causis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non sunt, quae exercitationem inhibeant, sed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare, atq. illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaslibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aeque perniciosum, & letale inuenitur, atq. cuiuslibet motus cessatio, consumatumue otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium uirium torpor connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis offensionem perducunt.

5. de tu. ua.

In li. de dictis, & factis Socra.

1. de tu ua.

lib. de cib. bo. & ma. succi.

lib. de cau. morborũ.

li. 1. de fra.

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri uolebant. D
Cap. IIII.



ESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandã praeseferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasiq. supra naturae condiciones illam statuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamus, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata, quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici posit. Isti itaq. cum legissent apud medicorum
2. Aph. 49. 50. principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pronuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quos omnes illi, qui cuilibet rei insuescût, magna ex parte naturae suae conuenientem consuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquam sibi familiaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile fit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne ijdem aegritudines diuersas incurrant; siquidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium uidetur. Huiuscemodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere.

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, attamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciosa exsistunt, qualis est consumata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo sensu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, assentiri cogimur, assueta insolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad insolita quandoq. transeundum sit, & praesertim cum assueta ualde praua sunt, & inassueta multo meliora. Primae itaque rationi respondemus, assumptum falsum esse uniuersaliter intellectum, quoniam sicuti multi consuetudinem naturae eorum cōuenientem induunt, B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti studijs, uel prae nimia stupiditate sese laedi non sentientes, in malis consuetudinibus, & naturae ipsorum inimicis persistunt; quemadmodum faciunt quiescendo & assueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueuerunt; non autem quod eam tamquam sibiipsis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad secundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & consuetudinem parum differre; haud tamen sequi ex hoc, quod numquam consuetudo mutari debeat: quandoquidem si medici naturas prauas, idest naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonū corpori ingenerent, cur item pessimae consuetudines ab illis in ho- C nestiores, & salubriores permutari nequeant, ignoro; eo praesertim quod facilius exsuuntur, quae consuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi consuetudo perniciosa est, quia (ut dicebat Celsus) potest incidere laboris necessitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis consuetudinibus persistunt, tametsi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inassueta deteriora non turbare, sed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in similibus consuetudinibus uitam sanam traduxerint: quoniam sicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali succi uictitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter quoque in pessimis consuetudinibus perseuerantes saepenumero

2. Aph. 56.

Lib. 1. Cap. 3.

1. de alim.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quousque humores praui otio nutriti & supra modum aucti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamobrem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignorantia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐκ προσαγωγῆς studeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promisimus, ipsiusq. tractationis ordo expostulat, exercitationum breuiter percurremus. D E

De exercitationum differentijs. *Cap. V.*



QVICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere agressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρασκευαστικὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, alteram ἀποθεραπευτικὸν, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusq. alijs peragebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post uenerem utebantur, quamuis etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodica quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cõtrarium absque medio subitus fieret transitus. Ἀποθεραπευτικὴ exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atq. utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiorem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiores exercitationes, post uigilias, post macrores inseruiebat; & proinde hic motus a Galeno extrema F

3. de tu. ua. ca 2. 11. 12. | 3. de tu. ua. cap. 8. | 2. de tu. ua. cap. 3. | 3. de tu. ua. cap 12. | 2. de tu. ua. cap. 12.

A exercitationis pars nominatus reperitur, quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgrederentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipiebantur, plerumque a loco nomen sortiebantur, quando uel sub dio, uel sub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uocant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab B utendi rationibus acceptae huiuscemodi exstiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, etsi continuus, aequalis, uel inaequalis; sin intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat, magna exercitatio; sin parua, parua; sin mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in- C uenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitatione, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur; qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae, & coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui spatio insumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur, sicque mediocris exercitatio euadebat: praeterea magnarum alia praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον idest uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermisione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

2 de tu. ua. cap. 8.

2. de tu. ua. cap. 8 & cap. 10.

ra celeriter agitari; alia ſine uelocitate fiebat, & εὔτονον γυμνάσιον, D
ideſt ualens exercitatio uocabatur, ſicut fodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habenis ſimul coercere, funem manibus apprehenſam ſcandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna di-
cõ.1.aph.6 ceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus ſexto popularium morborum ſcripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes & equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum aliquali uelocitate fiebat, & remiſſa ſiue ἔκλυτος uocabatur, alia ſine ulla celeritate, & ἀμυδρὸς ſiue languida aut imbecillis dicebatur, ex quibus duobus generibus erant uectationes in ſellis, lecticis, nauibus piſcatorijs, & ſimiles geſtationes: alia neque uehemens, ualens, remiſſa, languida, ſed harum omnium media erat, mediaq. & mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & mo- E
deratae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuiſſe exercitationum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & ſimplicem; ſimplicium alia ſub dio agebatur, alia ſub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in ſicco, alia in horum medio, praeterea aut erat perpetua, aſſiduaque & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermiſſa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut ſine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut ſine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & ſiue uehemens, robuſtaque, ſiue ualens, aut parua, & uel remiſſa, uel languida, & imbecillis, aut media. Superſunt modo dubitationes duae ſoluendae ex dictis noſtris ſubortae, prima eſt, quod exercitationum differentias partien- F
tes aliam uehementem, aliam remiſſam, & paruam effecimus, cum
1. de tu. ua. cap 2. & 1. aph.cõ.16. tamen Galenus apertiſsime ſcriptum reliquerit, non omnem motum eſſe exercitationem, ſed uehementiorem. Secunda eſt, quod inter ceteras exercitationes fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem ſimpliciter, ſed exercitationem ſimul & opus eſſe iudicauit. Primae dubitationi facile reſpondetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuiſſe partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem eſſe definiuiſſe, ſed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo ſententia noſtra illius ſententiae repugnare uidetur. ſed ſi quis adhuc a nobis ſciſcitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis, & huiuſcemodi, huic ita ſatiſfactum iri uolumus, exercitationẽ propriam,

quam-

A quamquam ex ſe uehemens motus ſemper exſiſtat, nihilominus alteram alteri, atque etiam ſibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robuſtam nuncupari. Nam luſus pilae magnae, & lucta ſunt proprie exercitationes, quae ſi alias remiſsius, alias intenſius ab eodem agantur, nunc magnae & intenſae, nunc paruae & remiſſae uocabuntur: pariter hae eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, ſi laborioſe fiant, at in robuſto athleta reſpectu habito paruae, & remiſſae apparebunt. Pro ſecundae dubitationis ſolutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde eaſdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: ſi enim temperaturas corporum humanorum gratia tantum ſciendi quis contempletur, ſciens &
B philoſophus naturalis uocabitur; ſin gratia eas uel conſeruandi, uel corrigendi ſpeculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum eſt de foſione, cuius finis ſi ſit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipſa uocanda erit; ſed ſi finis dumtaxat exſiſtat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recenſuimus. & quod de foſione diximus, idem quoque de ſimilibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere ſolebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noſter Galenus de ſeipſo refert aliquando hieme in agro deprehenſum eſſe, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat cor- 1. de tu. ua cap. 8.
C poris gratia faceret, quae opera quotidie agreſtes agere ſolent. Hoc idem Martialis poeta factitare ſe ſolitum fuiſſe, hiſce carminibus inſinuat. Lib 4.

Rure morans quid agam, reſpondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos poſt, arua reuiſo,
Partibus atq. meis iuſtos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, muſamq. laceſſo,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaeſtra
Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quieſco,
Dum paruus lychnus modicum conſumit olivi,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter foſionem a nobis atque etiam a Galeno,

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D transeamus.

De corporum morborum & sanitatis generibus. Cap. VI.



OSTQVAM aduersus male de exercitationibus opinantes disputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes esse, demonstrauimus: aequum est iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera esse traduntur, aegra, neutra, & sana; quorum tametsi multae factae sint species, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, solum has tres corporum species accipiemus, ea scilicet quae praesenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaesas habent, licet E alioqui nec perfecte sana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma sunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes sensibiliter offensas habent, ut nullo modo opera sanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media posita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorsus aegra, nec omnino sana nostris sensibus apparent. His itaque sic constitutis tertium aliud animaduersione dignum succedit, quod tria quoque exstant morborum genera, primum in intemperie positum, secundum in mala formatione, tertiũ in continuitatis solutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub nomine corporis intelligo & humores, & spiritus, & membra solida) siue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exsiccatur, uel simul frigefit, & exsiccatur, uel frigefit, F atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefit atq. exsiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias simplicem, alias cum humorum affluxu nuncupasse reperiuntur, sub appellatione simplicis eam intelligentes, quae suapte natura citra alterius affectionis societatem corpus interturbat; sub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quae & ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & sanitatis statum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotiescumq. corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iusto numero, aut conueniente situ. Morbus in solutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod cor

poris

A poris membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τύπῳ ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. VII.

B DVBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria ad augendam, confirmandam, conseruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarũt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus posterioribus saeculis Asclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius, 6.Epid.
C quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας: idest, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius ἠπίως uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum corpus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturba- D
tiones, motionesq. sustineat, optime pernoscatur. Quocirca secun
dum istos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nul
lis uehementibus, remissisue exercitationibus accommodantur,
quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augmentum susci-
5. de tu. ua. pit, quemadmodum Galen. de Primigene summa caliditate labo-
cap. 11. rante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, im-
mo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis
magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Asclepia-
Li. 2. c. 14. des Prusiensis, qui in ardentibus febribus referente Celso gestatio-
nibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac
uomitiones tollens, inedia, siti, uigilia, luce primis diebus aegro-
tantes instar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationi-
bus, gestationibus, balneis, lectulisq. pensilibus exercebat. In his E
etenim Galeni & Antylli sententia exstat, acuta febre laborantes
ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos
omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio transmitten-
In prohe. dos, ut refert Coelius Aurelianus, falso crediderunt) ubi accessio
lib. chron. urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non
pass. semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitatio-
nesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epi-
demiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus tor-
peant, a lecto expellendi sunt. quod item innuere uoluit Aristote-
Cap. 16. les libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit febrici-
tantibus in uniuersum diaetam, atque inediam conferre, alicui ta-
men forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac insi
gniter exsiccatum habent, si exerceantur, aridiores euadunt, & F
ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim possíde-
re nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conue-
nire scribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec aucto
Loc citat. re Galeno quamlibet motus sed uehementioris tantum cessationé,
sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quae gestationibus,
& uectationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri possunt,
dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae sint; alio-
qui sicut ex moderato motu calor exsurgit, excitaturq., nec non hu-
mores paulatim euanescunt; pariter ex immodico calor infirmus ex
stinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item cali-
da, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus
quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera mor-
bo subijciantur, maioriq. cura opus habeant, Frigida porro simulq.
sicca

A ſicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remiſsis exerceri debent, cum ſemper praeter morbi peculiarem affli ctionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, ſicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes ſuſtinent; quod motus ex ſiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium ſit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis duntaxat, qui uniuerſum corpus intemperatum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. poſsit modus, quo partes ſanae citra aegrarum offenſionem exerceantur, proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae ſanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſe B quentia quadam auxilium praeſtet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; ſed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes ſint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in ſequentibus libris declarabimus, ubi particulares ſingularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, ſed nuper & caſu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim ſiue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, ſiue partem aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſocientur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae & C cótorta dirigere, & aſpera lenire, & tumida deprimere, & depreſſa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obſtructa aperire queant. Ad haec morbos in quátitate genitos nó raro exercitationes tollere conſueuerunt, quandoquidem uniuerſalem corporis molem auctam nihil eſt, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & ſuccos detrahere dixit Hippo. & poſt ipſum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo craſſitie creuerat, ut neque podicem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet, ab Aeſculapio curatum eſſe, mihi uериſimile uidetur: ſimili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnoſum, & bonum habitum reſtituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes inſigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle diſtribuatur: ſicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acqui-

Lib. de ſal. diaeta.
In 6. epid. có. 3. Aphoriſ. 2.
Galen. de dſijs morború. c. 9.

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenua- D tos curasse, gloriatur Galenus, sicut item Germanicum, a tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpora subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluus, siue mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praesertim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu concussioneque ab angustis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uesicam descendentes magnas aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque situm amiserunt, non modo reponenda sunt in propria sede, uerumetiam postquam reposita fuerunt, tandiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si mo- E uerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de secundo morborum genere mala formatione scilicet laborantibus corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel in cute, uel in carne, uel in ossibus, uel in neruis ac huiusce generis similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus associata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febri associatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solutio adsit, eaq. sit in parte nobili, atque uitae maxime necessaria, ueluti cerebro, uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exerci- F tationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & spiritus parti affectae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiatur continuitatis diuisionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi, quorum cutis cum ab humoribus salsis & acutis discindatur, ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animaduersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in qui-

bus

In. 6. epid. com. 5.

Secũdo de tempo. 5. & ad tu. ua.

A bus morbosis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, possuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualetudinarijs, & senilibus exercendis.
Cap. IIX.



VAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentiis partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes il-
B los, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, nec dum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, siquidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine ipsis accommodata praecipua est corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorum reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remissi motus exsistant, deinceps, prout uires magis inualescunt, similiter & magnitudo ac longitudo
C exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualetudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiscentem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; siquidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae siccio-

[Margin notes: 5. de tu. ua. cap. 11. & in arte medi. cap. ult. — 5. d gener. aial. ca. 4. — 6. collec. cap. 6. — In arte me dic. ca. ult.]

res, & consequenter eorum uires sunt imbecilliores, atque earundem ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendandam huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque probum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec moderati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes motus, qui sicuti solidas partes arefactas ficciores reddunt, ita calorem diminuunt, & uires imbecillas consumunt. Ceterum senes, quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum copiam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandam atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendumue calorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti debent, uires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirium, quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, uehementes, & multas quae corpus siccant, extenuat, & infirmant, maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gestatio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudinis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescente aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis mensura haudquaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato ipse eum & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam peperisse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octoginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambulare solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo utebatur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuendo maxime prouidum, quique, aurium, & oculorum uigore integro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum annum attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectulo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetq. millia passuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tum uehiculum adscenderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo, aut stylo redderet; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aestate octaua, in Sole, si caruisset uento, ambularet nudus, deinde pila moueretur, uehementer, & diu post modum lotus accumberet,

[margin: 1. Rhe. c 5.]

A & paulisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres, qui uero senes aut crassis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum laxant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Vltimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt. quae enim ex leui caussa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se gerere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patien- C tes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sic itaq. de ualetudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

De corporibus sanis exercendis. Cap. IX.



QVICVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope existat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, ut in sanis maxime adiumentum ostendere possint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ceteris positum fuit, potiusq. mente designari, quam in ulla regione re ipsa inueniri potest: etsi Galenus multa corpora temperata in sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi exsistente sermonem non sum habiturus, sed de illis tantum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut ualeant sine ulla molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex sensilium rerum exsistat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam quotidie comedunt atque nutriuntur, necessario multa excrementa generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter scripsit Galenus, hominem, si utatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum enim uero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offerunt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec uiolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes fossorum, & messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualetudine fruuntur; celeres motus, & uehementes in robustis commēdantur, qualis lucta, discus, pila, & huiuscemodi, eo magis si consueti fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, consuetudini, aetati, habitui uniuersali corporis, particulari rationi, uiuendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus etiam in omnibus obseruari debere, siquidem quae consuetae sunt exercitationes, licet sint aut nimis uehementes, aut nimis remissae, in assuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt, at si quis uel minus, uel plus quam consueuit interdum exerceatur, protinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione contingere, scripserit Galenus dum exercitationes consuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouectos, & senes remissiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poscere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro sua quisque aetate sufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes transscendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto laborent,

2. de tu. ua. cap. 7.

6. aph. 28.

lib. de caus sis mor. c. 2. 1. de dfijs feb. c. 2.

A rent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent, carnem densam, ualidam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circundata cutis ualde tenditur. quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiuscemodi malis capiuntur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues, & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuisse (3. de partibus animalium ca. 9.) (14. Meth. cap. 15.)

B se testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri postulat, quia sicuti corpulenti, & crassi cõtrarias habitudines ex contrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; sicq. aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedant, quos item Mãgones & Medici crassefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel ἴυσαρχοι, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exsistunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superfluitatesq. quotidianae exhauriantur. (lib. de sal. diaeta.) (10. aph. 1. de tu. ua.) (de sal. diaeta.) (aph. 10.)

C De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

Psilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,
Nunquid tonsorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisq.

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & grassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab (2. aph.)

exercitationibus arcendi, ne magis exficcentur, neue molestiae mo D
lestia maior superaddatur, contra qui multum comedunt, multum
exerceri debent, quoniam dicebat Hippocrates, non potest homo
comedens sanus uiuere, nisi laboret; in talibus enim opus est mul-
to calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
2. de tu. ua. dicebat Galenus, facile suppeditatur, praeterea multum mandu-
cantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae nisi ma-
gnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas dispositiones cor-
pus deducunt. qui similiter multum, & profunde dormiunt, mul-
tis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in istis per-
spirationes retinentur, atque adeo sanguinis copia partes exterio-
res deserit, subitq. interiora, ut adacto cultello non aeque efflue-
3. de histo. aialiũ. c. 19 re ualeat, quemadmodum scribit Aristoteles, & ob id somnolenti
omnes decolorati euadunt, unde hos satis exercitari necesse est, E
quo perspirationibus aditus patefiat, sanguisue ad exteriora seruan
da atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem
sic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut sicci uel nihil
omnino, uel lente satis, & minimum laboriose exerceantur. nam
exercitationes, quas suapte natura exsiccare constat, si in siccis cor-
poribus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo sanae men
tis dubitarit. Calidi quoq. & praesertim acri, ac mordaci calore
praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
4. Aph. 13. incalescant, ipsisque, ut scribit Galenus, solae in necessarijs actio-
6. epid. cõ. 4. aph. 15. nibus obeundis motiones factae sufficiunt. Vnde Aristoteles, quae
6. partic. rens, cur alij sedendo pinguefiant, alij macrescant, ideo euenire di-
Prob. 1. cit, quoniam alij frigidi sunt, alij calidi, alij excrementosi, alij non;
& qui calidi sunt, pinguefiunt sedendo, cum eorum calor sine mo- F
tu cibi concoctioni sufficiat, similiter & non excrementosi. Qui
uero excrementis abundant, & frigida temperie sunt, macrescunt
sedendo, quoniam a quiete eorum calor quasi torpescit; & ob id mi
nus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo cre-
6. Epid. sect. 4. scunt. De calidis huiuscemodi Hippocrates sermonem habuit;
quando dixit: Εν θερμῷ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλινύειν, uideli-
cet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conue-
niunt; similiter & cum scripsit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσι, τουτέοισι
τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs scilicet minuen-
dum esse, & laborem & cibum, quos ob calorem infestat sitis. Ex
quo simul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. mul-
tum exercenda esse. Porro an humida ab exercitationibus iuua-
5. partic. prob. 9. men percipiant, nõ immerito dubitari posset; eo quod Aristoteles
scri-

A ſcriptum reliquit, corpora humida a labore ſuffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copioſi & feruidi effecti calorem natiuum ſuffocant: attamen ratio ſecus perſuadere uidetur, quae demonſtrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipſis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem conſumendam, tum ad ſuperfluitatum copiam adimendam. Quapropter, ſicuti notat Petrus Apponenſis, ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut ſint humidi & calidi, ut humiditas ſit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim ſi laborent, & multum exerceantur, periculum eſt, ne humiditas a calore intrinſeco acuto in uapores conuerſa pulmonis, & cordis regionem occupando ſuffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-
B riem poſsident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; atque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuerſum praeditis illae ſaniorem, & minus moleſtam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, ſicut & eaedem apud quas gentes & in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, ut ſcribit Ariſtoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa cõſumat, quae in mulieribus otioſis, & ſellularijs augentur. 4. de gen. aialiũ.c.6.
Quaecunque uero corpora calida ſimul & ſicca ſunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & ſicca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis neq. celeres, neque ualidos motus requirunt, ſed moderatos & potius
C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae ſuperuacaneam humiditatem abſumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuerſum determinatum ſit.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. *Cap. X.*



TANTA eſt locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipſis factae uarijs modis diſponuntur, ut non modo plãtarum naturae, ſicuti Theophraſtus ſcribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles, uerum & ipſorum hominum corpora, atque animi, ſecundum Hippocratis & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis uel na-

ſcuntur, uel aluntur, diuerſis atq. mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni ſunt ueteres medici, qui in ſingulis fere eorum artis operationibus: locorum qualitates conſiderandas omni diligentia praeceperunt. Nam exſtant loca, atque regiones, in quibus, ſi ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem conſequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere ſpectare debent, qui uel ſanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiã aliorum corpora exercere uolunt: qui niſi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, ſaepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna conſideratione digna occurrunt; Primum eſt, ut ſit ab optimis uentis perſpiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad ſeptemtrionem, & orientem, a quibus ſalubriores aurae perflant, poſita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore feruescunt, neque frigore, & humore ſitus contrahunt, nec perniciosis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aeſtum & frigus intenſum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, inſaluberrimas peſpirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod ſi loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. prorſus temperata ſint, qualem & Hippocratis, & ſuã patriam exſtitiſſe refert Galenus, proculdubio haec cunctis praeſtabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementiſsime ſaltem ibi uenti ſpirent, quod corpora ſeſe exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incurſus ad interiora admittunt, atque ſic poſtea perniciosos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli ſitu deſumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aeſtiuas thermas exſtruxerint: nam hiemales in transtiberina regione Aurelianum Caeſ. feciſſe, auctor eſt Vopiſcus, quae ad meridiem expoſitae ſolis radijs attẽperabantur, & proinde hiemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aeſtiuas uero aedificaſſe Gordianum Iuniorem, ſcribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Eſquilias poſitae opacitatem quandam blandam, & gratiſsimas umbras exercentibus ſe praebebant. Secundum in electione loci conſiderandum eſt, ut ſit apertus, non concluſus, non opacus, quoniam, ubi liberior exſiſtit aer, minusq. conſtipatus, corpora in ipſo exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam ſi in craſſo, denſo, & concluſo exercerentur. Atque hinc

2. de tu. ua. cap. 7.

eſt,

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus destinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarût, quam porticus & hypogaeum, sicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cuius etiam à Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem, extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce verbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος, Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους· φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, idest, Meo autem & tuo obediens sodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quae in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportuna sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissi- lib. de dic. fac. Socrati.

B mus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtulit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare facilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est, cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij nãque arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud ueteres Graecos fuisse

C in urbibus uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui prope cursum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἠμέσας, idest, quidam prope cursum habitans nocte sanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero siue uias dixerunt fuisse quascũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso antiquiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπότεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. id- lib. 1. ca. 1. 5. partic. Prob. 1. 37.

est

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequalibus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper ijsdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuant, & iccirco minus defatigentur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus exsistentibus faciliores eadem ratione exsistunt. Alij dixerunt τοὺς δρόμους exstitisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ξυστοὺς δρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμου θεοῦ, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero exstitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in uijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues euntes saepe ac saepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quiescentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putaui, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerem, qui non in locis breuibus & occlusis, sed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἄρτι γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροί τέ τινες οὗτοι αὐτοῦ, καὶ αὐτός, νῦν δὲ μοι δοκοῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id est, nuper enim & ipse, & isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyllus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conseruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmodi, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ratione

D [margin, at first line]; E [margin, at "mus, & ob id Acumenum"]; F [margin, at "eadem prorsus significatione"]

5. partic. Prob. 1. [margin, beside "Aristoteles scriptum reliquit"]

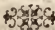
A tione & loca secundum mare ad meridiem aut occidentem spectantia fugienda erunt, quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aestatem sole exoriente calescit, meridie ardet, unde exercitari sine magno incommodo nemo ibi potest. Quod si superbissimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut supra retulimus, erectae, si amplissima illa gymnasia ad hoc a maioribus nostris magnifice exaedificata haberentur, nullus profecto locus aptior inueniri posset, qui omnibus fere exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unusquisq. locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mente reuoluens, tametsi multae sint exercitationes, quae loca angusta, & occlusa exposcere uidentur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, si non omnes qualitates, aliquas saltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium proposuimus, habeant. Quamobrem scitissime consuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi sunt homines, hieme calida, aestate frigida, uel semper temperata eligatur; sin minus, procuretur, ne ipso praesertim die calidior, frigidiorue sit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus esse uidetur Aetius Amidenus, ubi gestationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in salubri loco, & puro aere fieri debere scripsit. Aliae similiter possent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas situs, planities, & huiusmodi: sed, quia partim explicatae fuerunt, partim superuacaneae sunt, plurimae sub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco finem C imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, cogi interdum homines sese in loco a sole percusso exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam sedeant, uel quiescant, siquidem Aristoteles scriptum reliquit, se exercentes sub sole magis uri dum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, quasique spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur.

lib. 1. c. 4.

2. de tu. ua. cap. 7.

lib. 3. c. 7.

38. partic. prob. 6.



De tempore exercitationibus apto. Cap. XI.



Vo sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, sine quorum obseruatione non modo res ad sanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur: alterum est uniuersale, sub quo uer, aestas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium siue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, serenum, lucidum, nebulosum sunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exercitandis corporibus in hunc modum breuiter statuendum erit, uidelicet singulas illas temporum constitutiones euitandas esse, in quibus uehementissime uenti perspirant, praesertim quando pessimi sunt, ut australes, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Aristotele, pingue, a laboribus consumptum, calorem, & teporem seruare non potest. amplius corpora motu perspiratiora, & solutiora effecta, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme, magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiens corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullā amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, necnon siccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & uniuersum corpus immoderate resoluit, altera magis, quam par sit, humiditates exsiccat. Tempus item exercitationibus serenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aer deprauatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile, subit, humoresque secum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. deinceps

6. partic. prob. 6.

6. partic. prob. 12.

Cap. II

A inceps grauat: quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥρῃσιν μεταβάλλονται κοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus tēporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantū attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sentētia omniū ueterū auctorum censuit potius exercenda esse humana corpora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus Aponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis exsistens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisq. sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exsistente natiuo calore, & per consequēs melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut C hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Aegineta, & alij medici multi aestate, & autumno minus; hieme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur, quod sicuti corpora temperata in tēperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque lo-

lib. de aere aq. & loc.

2. partic. prob. 21. 33. & 42.

3. de dieta.

In Isagoge medicinae cap. 5.

Lib. 1. c. 53.

1. de tu. ua. cap. 7.

cus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter- D
lib. 9. epist. Epist. pen. ad Fuscū. mittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomodo diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit de exercitationibus: ubi hora quarta uel quincta, neque enim certum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me uel cryptoporticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adscendo. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio mutatione ipsa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis caussa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum ambulo, ungor, exerceor, lauor. & paullo post. Nonnumquam ex hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulaui, post somnum demum lectionemq. non uehiculo, sed quod breuius, E quod uelocius, equo gestor, uenor aliquando. In particulari porro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando motum eum (ut ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum cibum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum mox ingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit, quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis ambitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinimmo impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore deprehenditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes denique probati medici uno ore pronunciarūt, semper exercitationem ante cibum esse faciendam. ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιςον ὄζων εἰς τὴν ὑγίειαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτω καὶ βλαβερώτατον ἐπὶ σιτίοις ἡ πᾶσα κίνησις. idest, quemadmodum enim ad sanitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita quiuis motus post cibum perniciosissimus exsistit. Nam dum exercitatio cibos praecedit, duplex ac utraq. insignis succedit utilitas, altera quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctionem perbelle praeparatur, altera quod succos utiles in uniuersum corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excremētis faciliorē exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructiones, ac multos alios morbos retuso natiuo calore progignere solent. Ex aduerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi corporis habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uniuersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testatus est Teophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc

Plu. in lib. de tuē. san.

Loc. cit.

lib. de cib. bo. & ma. succi.

F

in

A in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑπόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινούμενα. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phtisicos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus post cibum exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius eum accommodare, praesertim quando mox dormiendum est, docet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi scripsit ambulationem post cenam efficere, ne ad os uentriculi supernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obseruanda esse iudico: primum est, ut nullus exercitationem moliatur, nisi prius excrementa per nares, os, aluum, & uesicam expulerit, cum haud tutam esse exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Auicenna,

2. de ca. pl. cap 20. Coel. Aur. lib. 2. chro. c. 13. & 14.

B & ad haec etiam hesternus cibus apprime concoctus sit; quoniam si prius uel posterius quis exercitationem adeat, aut crudis humoribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoscetur autem cibum iam concoctum esse, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores sunt, abstinendum a motu demonstrant, dum uero ex albidis flauiores euaserunt, iam tempus exercendi adesse indicant. Secundum obseruandum est, ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriente labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingestus cibus, nec dum accommodatus concoctusue a stomacho rabiente, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obstructiones innumerae suboriantur; quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον;

2. de tu. ua. cap. 2. lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 3.

C idest, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica interijciatur mora, quousq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam sedata appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda diligentissimũ obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuisse, scribit; crasi tamen qui tenuiores fieri student, excipiendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristoteles quoque hoc ideo non esse faciundum censuit, quoniam corpus statim post exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quiescit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tunc oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lauari, aut uinum, uel aquam

2. Aph. 16. Auic. li. 1. fen. 3. trac. 2. cap. 3.

6. epid. 3. 6. Epid. cõ. 3. aph. 2

partic. 5. prob. 28. & 30.

frigidam

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus est, D ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & uacuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehementer ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercitationes, si Galeno credimus: frigidũ autem ualde quodcunque post exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, refert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus ferè tota est tractatio, exercitationibus corporis ualetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse, quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinam, ut diei aestus, quantum fieri potest, euitetur, quam horam in deambulando commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam dictitabat: Autumno & hieme uespertinam, nisi uel cibus mane sumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs necessarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane sumptus nõ possit, nisi uespere, concoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est, unde Marcus Antoninus Imperator, qui ualetudinis omnium fuit studiosissimus, breuissimis diebus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, & pugillatu eum se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scribit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari uidetur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

Prima salutantes atque altera continet hora,
Exercet raucos tertia caussidicos,
In quinctam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lassis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,

[Margin notes: 4. de sal. dieta. 22. — 2. de acutis — li. 3. de die. — 6. de tu. ua. cap. 5. — Lib. 4.]

Hora

A *Hora libellorum decima est Eupheme meorum,*
Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero Imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante » lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu » ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat, post » lectionem palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationi- » bus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut »
B caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaq. » una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus » ad unum prope sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis su » mebat, oua deinde, mulsum, atq, his refectus aliquando prandium » inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersius, & seipsium, & alios libere Lib. 1. ser. uiuentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi Sat. 6. post multa haec scribit.

Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
Aut scripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
Ast ubi me fessum sol acrior ille lauatum
Admonuit; fugio rabiosi tempora signi
C *Pransus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare, domesticus ocior, haec est.
Vita solutorum misera ambitione grauiq.
His me consolor uicturum suauius, ac si
Quaestor auus, pater atque meus, patrusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praeuium somnum ualida, magis denique a quibusuis impedimentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum nondum cibus concoctionem assecutus est, corpusq. superfluitatibus magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quã exercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Auicennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique ullus auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet, modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis affectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnopere considerandum, veteres tam Romanos, quam alios multos semper dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse; atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, vt in hieme, alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Galenus tanquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, & duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad uigesimum quartum continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquorum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasionem habeat, hanc horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tenere debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accommodare facile poterit.

Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 3.

Lib. de cuiusque animi pec notitia atque medela. c. 5

D E

Quanta fieri debet exercitatio. Cap. XII. F



X ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuã remediorum omnium adhibendorum mensuram esse, semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, vt quasi eius cognoscendae spe deiecti medicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student, omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum mensuram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-

A ta committi solent, & plerunque (utar Plinij uerbis) inscitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unusquisq. exerceri debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debeant; quantum hieme, aestate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes, quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualetudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes C requirunt; tum quia secundum morborum uarietates uariantur exercitationum species, atque mensurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribasius, Auicenna, & Aetius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est, unus, quando scilicet uapor sudori aliquantisper permixtus sentitur, uenae intumescunt, atque anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt. alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabiliter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur, uel lassitudo iam immineat: illico desistendũ est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi una cũ malis exhauriatur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur, utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatisue mutatio, quippe quem, & copiosiorem semper, & feruidiorem edi par est, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur: tum scito corpus exhauriri, refrigerarique, & siccari plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod ap-

lib.29. c.1.

5. de locis aff. cap. 5.
li 6.c.11.
li 1.fen.13. doc.2. c. 3.
lib.2.c.3.
6.epi.cõ.2

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi D sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud obstet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper satiscerent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco sat ipsis erit incalescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent omni cura sudorem effugere debent; nempe sicci; & aridi exsistentes ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus, exercitationes in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant, exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, ter- E minumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum, sicuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam & senectutem exsistentes, moderatas exercitationes postulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe sufficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare & aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a F leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo septenario uiciniores exsistunt, siquidem intempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus aequo pueros exercerent. similiter & Aristoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, que athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augumentumq. impediebant. Nã inter eos, qui Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui ijdem adolescentes, & uiri sint uictoriam consecuti, quod per uiolentas, & pluri-

1. de tu. sa. c. x. 7. Pol. cap. 4.

mas

A mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quo ad uniuersum corpus incalescat. Vere plus, & usque ad sudorem. Autumno minus, minime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere satis, & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundent, & icciro minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne otio torpescentia membra, calorue sopitus, proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intemperate uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque absumant, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossores & messores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit, quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo isti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari solet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; siue incalescant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se exspectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiãt, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis exspectare decet. Calida praeterea, & sicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis, & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem a sudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

1. de alim. fac.

mor bosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde existentes, calorque debilis, & membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem. intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, uiresq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum prauam illam consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debet, alioqui periculum imminet, ne a fluxionum perniciosis morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauimus) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra colliquat, uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem interdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de caussis prae inchoantibus; senibus immedicabiles lassitudines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in exercendo defectu magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit) καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλλείψεως καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa sunto, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis immodice

Galen. 3. de symp. cau.

38. partic. prob. 5.

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus nobis praescripta sit. Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expressimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi. Cap. XIII.

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeũdis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisq. alijs rebus recte peragendis tantũ potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iam uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionẽ pertinet, ut modũ, quem antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoq. temporibus nostris unus quisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercen- 6.colle. ad Iul.c.15 Libro 1. ser. 3 c. 2. lib. 1. fen. 3 cap 3.
C di ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebãt, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, ἀποθεραπευτικῇ dicta frictione, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingredieban- lib.1. c.2.

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & spatioso, rarius seipsos D induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat modus, quo uel in gymnasijs publicis, uel in priuatis locis maior pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bono habitui comparando sollemniter incumbebant, frequenter utebatur. Nec quisquam miretur, quomodo liberi homines singulis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines, nedum clariores quotidie defricari solitos, multi auctores, & praesertim Columella trigesimo sexto lib. cap. memoria mandarunt. de quo defricandi more, & modo, si Deo placuerit, aliquando tractationem huic adijciemus. Ceterum uerisimile fit quamplurimos alios exstitisse, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impediti; uel necessarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualetudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, sed frictionibus, E & unctionibus dimissis quascumq. poterant exercitationes amplecterentur; sicuti & multi reperiebantur, qui praedictarum caussarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habebant; quibus omnibus exactiore uictu, & sanis medicamentis opus esse tradit Galenus. Verumenim uero cum aetate nostra gymnasia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in vsu desierint esse, neq. gymnastas, & paedotribas, neq. aliptas, & reunctores habeamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis exercendi modos, atq. commoditates quaeramus, sat erit illis, qui aliqua necessaria occasione impediti libere sese exercendi otium nequaquam habent, ut potius quomodocumq. possunt, exerceantur, quã semper in cõsummata quiete degant; modo tamen hoc unũ obseruent, ne statim a cibo exercitationes eas quas gratia sanitatis facere uolunt, solicite nimis adeant, sed saltem aliquot horas interponant, quo quam minimum fieri potest nocumẽtum inde sequatur. F Porro qui suae spontis sunt, & maiori otio propriorũ corporũ curae libere uacare queunt, haec omnia diligenter obseruare debent, primo ut corpus tum a faecibus & urinis, tum a muccis & sputis accurate emundare, caput pectere, manus, & faciẽ abluere studeãt, ne excrementa in uarijs corporũ cauitatibus, atq. in ipso ambitu latẽtia, a motu excitata uaporationib. offendãt; strictisq. meatibus nõnunquã infarcta, aut exercitationis calore eliquata obstructiones, fluxionesq. diuersas pariant. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae laborẽ ipsi superaddere nequeant, quaeue interim a uentis, si qui erunt, uel a frigore tueantur; aut etiã si aestus urgeat, feruorẽ nullo pacto augere, siue souere queant; nã indumenta nisi

Lib. 1 de cibis bon. & ma. suc.

exer-

A exercitandis prudẽter accõmodentur, praeter impedimentũ, quod laboraturis in motu praestare solent insigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudẽt, & alia incõmoda sustineant; si quidem sudor ita indutorũ sine motu multò eueniẽs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumentũ est, quod ita sudãtes decoloratiores euadunt, cũ humor per summa corporis passus, atq. incalescens ab externo aere refrigerari nõ possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare consueuit a vestimẽtis inhibeatur. Tertio obseruandũ erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intentionẽ augeat paullatim, usquequo ad terminũ, qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atq. uehementiã rursum pedetentiũ remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis B sese exercuisse doctus experientia sentiet: nã subito ab intensis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiã robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione uestes sudore madefactas exsuant, & siccas resumãt, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterum sudores imbibi, sicq. denuo corporis meatus obstruitur; praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quincto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primũ quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & ualde remisso potius aliquo motu utatur, tantumq. a capiendis cibis abstineat, quoad per- C turbatio illa, quasiq. corporis fluctuatio aestuatione, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedã, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitãdi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibusvis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumq. paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exsuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de uniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiãt. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

2 par. pb. 30. & 38. partic. proble. 3.

In con. de pu. epilep.

Explicit Liber Quartus.

AR-

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum; & de nonnullis scitu dignis. Cap. I.



SICVTI nullus ab exercitationū particulariū cognitione fructus expectādus esset nisi recta atq. uniuersalis methodus, quā superiori libro abūde satis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modū uana euaderet, nisi haec particulariū fere omniū exercitationū E tractatio, quā aggressuri sumus, illi cōnecteretur; siquidē incerta, ac fallax ea cognitio uideri potest, qua exercitatio vniuersali quodā pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumentū, quāue cōmoditatē praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui constat, quod exercitationū quarumuis scientiā optantis animū expleret iure debeat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in sequētibus singulos exercitationū iam enarratarū effectus prosequemur; atq. hos cū ex antiquorū auctorū cōprobatis experiētia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam
12 Metho: esse uerā cōdiciones rerū inueniendi rationē scripsit Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinē totus futurus sermo uagetur, ita materiā huiuscemodi declarare instituimus, vt primo cōmoda in corF pora humana ex unaquaq. exercitationis specie emanantia, deinde incōmoda sigillatim explicētur: nā illud, quod quāplurimis medicamētis euenire usu cōprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui prosunt, alijs noceāt, in exercitationibus itē cōtingere, nemo ignorat. In explicādis praeterea utilitatibus, atq. damnis a mēbris superioribus principiū sumentes, ut plurimū in ultima, atq. infima sensim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullū corporis particulare membrū respicere uidebuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peracturū esse spero: Alterum ꝙ maiori facilitate, firmioreq. cognitione quicumq. haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum ꝙ habito a ualetudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucissimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum cu-

buntur,

A buntur, quos desidia, laborum abstinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi usus continuo parere solet: illud nánque a natura comparatum esse norunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerũq. magnum detrimentũ inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere, quemadmudum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, insuperque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore seruatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari opere pretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamẽ omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus, & qui Galenũ in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere uolo, ꝙ.s. gymnasticam principaliter circa sanitatis conseruationem uersari, consequenter circa curatiuam: nullã etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac similibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cõcedi queat; immò illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualetudinẽ tueantur, optimũmq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eaedem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cõsuetudinem in medium adducemus, non erit, ꝙ ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tãquam

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

De chroni.

B

C

gymna-

gymnaſticam ſoli conſeruatoriae inſeruire ſtatuerimus, quoniam D
&nos rei ipſius naturam prae oculis habentes, ita determinandum cenſuimus, quemadmodum ueteres alias experiẽtijs aſsiduis, alias morborum cõdicionibus permoti paullo diuerſius ſentire quidem uiſi ſunt, ſed re uera a ſententia noſtra non receſſerunt. Aliud inſuper hoc in loco ſumma conſideratione dignum exiſtimo, quod, licet in multis exercitationibus diuerſus exſtiterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in uſu eſt fere apud omnes, ueluti pilae exercitatio, lucta, diſcus, pugnae atque ſimilia; nihilominus cum parum noſtra conſuetudo ab antiqua recedat, ſolisq. accidentibus quibuſdam, & non in rei natura differat, fere eoſdem effectus, quos illi ſuis attribuunt, nos noſtris dare poterimus, modo unũ, aut alterum obſeruemus, antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationibus adhibere conſueuiſſe, quas nulli hodie, aut quam paucisſimi faciunt; atque hoc multi momenti eſſe ad uariandas utrorũque qualitates, quando de his Hippocrates uerba faciens ſcripſit, exercitationes in puluere, atque oleo magnas differentias ſuſcipere, cum E
puluis frigidus ſit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, ꝙ hieme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore demat: A eſtate uero caliditatis exceſſum faciens, carnem liquat, cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodũ ex aduerſo puluis in aeſtate magis auget, feruorem aeris, & corporis remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea maior pars hominum ſemel dumtaxat in ueſpere ſaturabatur, noſtrates bis cibos ſumunt, quod item non parum refert ad uariandas exercitationum condiciones. Vnde qui de noſtri temporis exercitationibus aequum iudicium ferre optauerit; debebit quid unctiones, & quid una diei ſaturatio importent, exacte penſitare, totumque illud noſtris adimentes in reliquis eoſdem uel parum diuerſos effectus exiſtimare. F

2.đ diaeta. iuxta finẽ.

De ſingularum exercitationis differentiarum effectibus Cap. II.



TRes praecipuas exercitationum differẽtias ab antiquis Medicis excogitatas fuiſſe ſatis conſtat, quarum prima exercitium παρασκευαστικὸν, ſiue praeparatoriũm, altera ἀποθεραπευτικὸν, tertia ſimpliciter exercitatio nũcupata. Exercitationẽ praeparatoriam, facultatem cogendi, meatus corporis denſandi, eorũmque laxitatem corrigendi obtinere, ſcri-

pſit

A psit Galenus. qua de caussa athletae, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria utebantur. quam item usurpabant quâplures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent: de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas satis a somno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare soleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum grauissime disputat. sicuti quoque Paulli sententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre consueui; dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, oportunũ exsistere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apotherapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: unde iure merito post uehemẽtiores exercitationes, post uigilias, post maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur: in ijs quoque commendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones producere possunt: & ideo, qui in calidis locis exercẽtur, magis exuruntur; qui in humidis humiditatem contrahunt, sicque de singulis. corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad imbibendas quaslibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, ꝙ exercitationes perpetuae, siue continuatae & aequabiles magis delassant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum esse motum, qui unus & continuus est, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: qua itidem ratione motus intercisus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praesentem lassitudinem mitigant, uerumetiam futurã prohibent, siccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo

(Margin notes: 3. de tu. ua. cap. 11. 2. de tu. ua. cap. 3. — 3. symp. prob. 6. lib. 1. c. 35. 6. epid. Lib. 1. ser. 3. cap. 8. — 3. de tu. ua. cap. 2. — 5. par. proble. 1. & 12.)

B / C (section letters in margin)

extrin-

extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora, efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasticam vim, refrigeratoriam, ac repercussoriam. ut non temere is praeceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime extenuat; sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, existat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter differētias ab ipsius motus quantitatibus desumptas primae sunt multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres obesum reddere, scripsit Galenus. ex quo liquet magna cum ratione Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exercitationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq; ita uidendi acuties impeditur. Ex differentijs quoq. a motus quantitatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas secundum Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad curandam polysarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque tarda pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocris inter utraq. medios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calorem quidem natiuum auget, somnos profundos generat, & concoquendis cibis crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes uehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo cōducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamētum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam sanis accommodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producunt, & idcirco sanitatis conseruationem non parum adiuuāt. His igitur ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis locis

2. de tu. ua. cap. 12.

5. de tu. ua. cap. 3.

Loco citato.

5. chronic. cap ult.

Sect. 31. Prob. 14.

Gale. 6. de mor. vulg. com. 3.

6. de tu. ua. & lib. 6. c. 3

14 Meth.

Lib. 1. ser. 4. cap. 32.

Gal. de pu. epil.

lib. 3. c. 18.

A cis praeterire statuerimus: nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuisse credo, quando iam saepius demóstratum est, uniuersales huiuscemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti esse. Illud hoc in loco scire oportet, in superioribus libris multa de gymnastica bellica, & athletica nos disseruisse, ut expresſius tota medicae gymnasticae natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id quod optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

De saltatoriae effectibus. Cap. III.

B QVICVMQVE saltationum species apud ueteres in usu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine tépo-ris, ratione, proportione, harmoniaque musica non caruisse sciet. & iccirco nostra tripudia βαλλισμὺς, ac gesticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorsus diſsimiles extare cêsebit. Verumtamen illud inter antiquorũ & nostras saltationes interesse nemo non uidet, q, sicuti illae aliquando sanitati inseruiebant, ita nostrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post cenam, atque nocte inter ipsas commesationes exercentur, quandò potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportune, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum C cunctas exercitationes peragi debere, superius demonstrauimus, administretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime poterimus. Cubisticam namque, quam primam eius speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quae potisſimum agitentur, quiuis intelligere potest. Itaque qui brachia robusta corpusq. undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri necessarium est, secundo uiscera omnia quassari, intestinaq. suis locis dimoueri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cômouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit ijs, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo sortiti sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tractabi-

lib.4.c.11.

ſtabitur) quam ueram orcheſticam appellauimus eius quam pluri- D
ma apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita,
uel ſaltem non uſitata eſſe cum conſtet, ſuperuacaneum foret ſin-
gulorum effectus percenſere. proinde ſat erit illa adnotaſſe, in qui-
bus praeſtandis, & cuncta illa conueniſſe, atque etiam noſtram con
uenire ueriſimile uidetur. χειρονομίαν etenim ſiue manuum geſti-
culationem attenuare humores, atque ſurſum carnes trahere, pla-
2. de diae. cuit Hippocrati ſiue Polybo. quam ſimiliter in inueterato capitis
Lib. 1. cur: chr. ca. 1. dolore, ubi paullatim malum ſoluitur, commendauit Aretaeus, ue
luti & in uertiginoſis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae
motu uniuerſum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam
nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi ſtoma-
chus in concoquendo laborat, crudoſue humores aggregat utile re-
medium exſiſtit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos E
pedes, uſque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inuenian-
tur, quae ſimile auxilium praeſtare queant. neque itidem alteri ce-
dit huiuſcemodi exercitatio in extrudendis a renibus, ſiue ueſica
lapillis. Caeterum quod praegnantibus mirum in modum noceat,
In li. de natura pueri. teſtatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne ca-
lumnias ſubiret, uteri fetum abijcere cupiebat, conſuluit, ut ſal-
taret, pollicitus ea ſaltatione conceptum corruptum iri, ueluti po
ſtea contigit. Quicunque uero caput debile, ac uertiginoſis affe-
ctibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uer-
ſuris, motibusq. continuis offenduntur: ſimiliter oblaeduntur qui
bus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent,
perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationi-
bus, in quibus ſaepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil F
omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & ſu-
percalefactos habentes, ſeminisq. fluxum, γονοῤῥοίαν a Graecis uo-
catum, qualibet de cauſſa incurrentes a ſaltationibus abſtinere con-
uenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recru-
deſcunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea ſalta-
tionis ſpecie, quam antiqui ſine armis obibant. quod ſi quis arma-
tae, quam uocarunt, ſaltationis condiciones pernoſcere aueat, in
hunc modum uere atq. breuiter ſtatuere rem poterit, uidelicet om
nia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici,
niſi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa in-
2. de tu. ua. caleſcere, & ſudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exer-
citationes non in poſtremo loco poſuit, dum quis graui armatura
tectus celeriter agitatur.

De

A *De ludorum pilae effectibus*, *Cap. IV.*



LVDORVM pilae antiquitus cõplures cũ apud Latinos, tũ apud Graecos exstitisse species, abunde in secundo libro iudicauimus: ex quo nullum operae pretiũ est hoc in loco, ubi solas exercitationũ qualitates explicare proposuimus, eadem repetere: illud dũtaxat animaduerti uolo, quod & si nostra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non respondeant: sunt tamen magna ex parte ualde similia: & ideo eorum commoditates atq. nocumenta singulatim enarrare studebimus, ut facta nostrorum cũ illis cõparatione, quid conferant, quidue noceant, utraque simul cognosci posit. sed ne tractatio ista confundatur, sicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos B prosequemur eodem ordine, quo supra usi fuimus. In eo etenim cõuenire cuncta harum exercitationum genera censuit Auicenna, ꝙ fortes exsistũt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuscemodi ludis cõmodum percipitur, quod qui in ipsis, uel ipsorũ aliquo sese exercent, promptiores ad motum reddantur, ijsque uitales actiones roborentur: peculiariter uero parue pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoq. apud Noniũ a Lucilio scriptum inuenitur, Cum studio in gymnasio duplici corpus siccassem pila. Prima autem paruae graecorum pilae species, secundum Antylli sententiam, carnẽ solidam reddit, brachijs, dorso atq. pullulantibus costis magnã utilitatẽ praestat, cumq. in ea exercitatione crura magnopere laborẽt ad acC quirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae species praestantissima reputabatur olim, ꝙ corpus sanum, & promptum ad motus cum robore cõiuncto praestat, adspectum firmat, neque caput replet. Tertia uero species oculos, atque brachia iuuat, spinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cõmodum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat. His porro omnibus parue pilae speciebus cuncta illa cõuenire censeo, quae Galenus in libello suo illis dicato, paucis uerbis cõplexus est, uidelicet ꝙ tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae species prima secundum Antillum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq. superioribus partibus, non ignobile iuuamentum affert. de hoc lu-

Ca. 4. & 5.

Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.

1. d tu. ua. lib. 1. c. 18.

Orib. lib. 6. collec. cap. 32.

Lib.9. cap. ult. do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianum, quando in D curatione priapismi sphaerae exercitium cōmendauit, quo materia in diuersum retrahatur, & spiritus flatulētus digeratur. Secunda species, quae plus iusto magna pila peragitur dum proijcitur, & utraq. manu propter magnitudinē emittitur, brachia firmat, sed nimis duras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus est inutilis, uerum etiā bene ualentes immodica defatigatione afficit. Inanis pila, quam tertiā effecimus, aeque exercet, ac motoria, in qua curritur, attamen non admodum facilis est, neq. apta, atq. ideo lib 9. c. ult. omittendā eam esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae, & magnae & paruae exercitationem uertiginosis obesse iudicauit lib. 9. c. ult. Aretaeus, quoniā capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intē tiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces adnumerauit Paullus, quas cum dictum a nobis sit corpora crassiora E lib. 5. chr. c. ult. attenuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuendā polysarchiā hanc exercitationē, quā a Graecis corycomachiam uocari 1. d diaeta. scribit, adeo probauit, secutus in hoc (opinor) Hippocratē, qui corycomachiā, & chironomiam idem praestare quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus musculosum corpus reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerso corpori aptari, nec non ob plagas, quas infligit, omnibus uisceribus idoneum exsistere. Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit. si tamen quis plagas in pectore a coryco fieri solitas cōsideret, facile sentiet, eos, qui pectore debili uexātur, simili exercitatiōne periclitari, & quandoq. contingere posse ut in thorace uasa rumpātur. Atq. tot, quae de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt lusus Latinorum genera, quae & ab ipsis quattuor speciebus com- F plexa omnia in usum sanitatis recepta superius demōstrauimus. Horum primum locū obtinet exercitatio folle acta, quae uniuersum corpus exercet, sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq. Li. 1. chro. cap. 4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo uerba fecisse existimo, quādo in epilepticis humeros sphaerae lusu exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior utilitas contingit: ambo tamen uiscera adiuuant, calculisq. a renibus, & uesica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia In eius vita c. 80. & 83. confirmant. Nam Augustum, qui huiuscemodi affectibus corporis solicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiū (ut refert Suetonius) adamasse opinor: quod cū praecipue superiores partes exerceat, ijs, qui citatam aluum habēt, & quos tremor corporis exercet, non si- Lib. 1. c. 6. ne ratione Cornelius Celsus prodesse scripsit. Hanc etiam exercitationem

A tionem intellexisse arbitror Plinium, cum Spurinae prudentissimi, & sanitatis studiosissimi uiri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit, ut uere dixerit Martialis: Epist. 1. lib. 3.

Folle decet pueros ludere, folle senes. Libro 4.

Pila trigonalis, quam paruam fuisse, & tertiae ab Antyllo speciei descriptae correspondere probauimus, eosdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intēdere semper & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est: quocirca iure merito Horatius huiuscemodi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

Lusum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnosum & ludere crudis.

B sane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbātur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē obeundā esse, nisi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae lusus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigesti cibi stomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de ipso sic Horatius scripsit: quod si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumentum inferrat, ut potius calefaciendo, flatusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbe- Li. 4 chro. cap 7.

C cillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus. lib. i. c. 2.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter celeres & uehemētes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicē congredientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementissimumq. est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & uēter faciei elationibus, depressionibus ex- Gal. lib. de pil. par. c. 2

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis prehensionibus fatigen- D tur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui uel caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace uitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. supercalefactos gerunt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur.

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.



VCTA, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque existimatione habita fuit, tametsi a medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodie- E que a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo, quo apud Priscos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testatum reliquerunt. unde certum esse cuiuis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium F nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco praeteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. Lucta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidum, ac musculosum, neruos etiam confirmat, tandemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adiicit, pinguedinem, tumores ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper

Lib. 2. c. 8.

2. de diaeta.

Loco cita.

quiete,

A quiete, magis, ut ſentit Ariſtoteles, ſudorem mouet, quãdo humor 2. Prob. 7.
a requie collectus, mox exercitatione educitur: ſin continua aga-
tur, modo ſolis corpora exſiccare poteſt. Priuatim autem capiti pro
deſt, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magiſtro pera-
ctam laudat Coelius Aurelianus, ſenſus exacuit. ob idque fortaſſe Li. 1. chro.
Theodorus Priſcianus illam pro melancholicis curandis imperat, cap. 1.
ſtomachum praeſertim frigidis oppreſſum morbis adiuuat. in quo lib. 2. c. 2.
palaeſtram corpus agitantem con ferre, idem Coelius memoriae lib. 3. chr.
prodidit: non ſecus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra, cap. 3.
ſiquando humoribus, aut flatibus ſollicitantur, magno iuuamento
afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuerſum prope
corpus calefaciat qua ratione Oribaſius palaeſtram ſiue luctam hi- lib. 6. c. 28.
dropiſim curare, Theodorus Priſcianus ſatyriaſim exſtinguere ſcri Lib. 2. ad Timo. c. 11
B ptis tradiderunt. Ceterum huiuſcemodi exercitatio ob ipſius ue-
hementiam febricitantibus omnibus inimica exſiſtit: ut non imme-
rito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehenſus, ꝙ luctatio- 6. Epid.
nibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta cõ. 3. aph. 32.
exerceri conſulit Hippocrates: hac obſcura ſatis ratione motus, ne 1. de dieta.
meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere
nocet: quae ſcilicet partes dum in compreſſionibus plus aequo com
pinguntur, diuelluntur q. dãna recipiunt. ueluti eueniſſe Commo-
do Marci Imperatoris filio ſcripſit Galenus, quem adhuc puerum lib. de pe. ad Poſt.
ex lucta inflammationem oris paſſum fuiſſe recitat. Iacobum inter
luctandum neruum latum oblaeſiſſe, ob idq. & ipſum in poſterũ,
& Iudaeorum gẽtes a neruorum eſu abſtinuiſſe, auctor eſt Ioſephus 4 de rat. vi.
in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual in acut.
C de aliena eſt, cui uel uaſis alicuius rupturae, uel ſpiritus interceptio- In 6. epid. com. 5.
nis ex conſtrictionibus magnum impendet periculum. unde non aph. 6.
temere Galenus, ne ſuffocẽtur, periclitari luctatores dixit, qui ſimi In libr. de
liter renibus, & lumbis male affectis talẽ exercitationem fugiẽdam paſſionib. renum.
eſſe uoluit, quãquam Rufus Epheſius, qui cum Critone ſub Traia-
no Romae in medicina floruit, conualeſcentibus a renum morbo
palaeſtrã minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit
Celſus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione ſaneſcentia
ulcera exaſperentur. Praeterea cum inter luctãdum crura ſaepenu-
mero inſigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduerſari cre
dendum eſt. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaeſtra ue
hementer facta. Quae uero remiſsius, & placide peragitur, uiceuer
ſa ſecundum Antyllũ carnem multam generat. ex quo fit, ut iis qui
a morbis ſeſe reficere incipiũt, ſit ſuperiore accõmodatior, ac mini

mo periculo robur,& fortitudinē pariat: capiti,& thoraci prodest, D
neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi
In ei' vita. scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus,luctationibus,iacti-
busq. discorum,& iaculorū exercuisse, ut, quemadmodū germinū
radix ualidū in acribus terris principium sumens melius germinat,
ita & hae partus robuste tolerātes honeste simul, ac facile aduersus
dolores pugnarent. Quae porro supra pauimentum efficitur lucta-
loco citato tio,si credimus Oribasio , praecordia atq. intestina uitiata adiuuat,
lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est
ineptior: uolutatio in palaestra, cum a Galeno inter celeres exerci-
tationes recēseatur,ad extenuanda corpora accōmodata erit, sicuti
pro minuenda polysarchia a Coelio commendata est,&ab Aetio si
in puluere fiat, ad hidropisim curandam : eam namq. humores ex-
hauriendo refrigerare auctor est in 11.de diaeta Hippocrates: at se- E
5.de tu.ua. cap 3. cundum Galeni sententiam ijs magno studio fugienda erit, quos
ex leui caussa uertigines,comitiales morbi,grauis ophtalmia,uel au-
rium dolores male habent. simili modo,& illis,quibus tonsillae,&
angina incidunt,quibusq. prompte in columellam,gingiuas,dētes,
deniq. partem aliquam ex his,quae circa collum,aut totū caput ha-
bentur,fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta.circa quam oriri
posset multis dubitatio,cur Galenus,qui gymnasticam artē omni-
bus alijs melius calluit,non modo luctam fere nullibi ad quidquam
cōmendauit,sed potius tāquam parum utilem,aut omnino noxiam
damnauit: cū alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rūpi; alias cru-
ra distorqueri, alias suffocari, alias luctam a bene instituta republi-
ca odio haberi. At huiuscemodi dubitationes ita dissoluere licet,
Ad Thras. cap.41. quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, sine lucta, per quam F
exigua gymnasticae medicinae pars exstat, omnibusq. exercitatio-
nibus homini minus utilis: siquidem secundum ipsum iaculari,cur-
rere,equitare,saltare,uenari,nauigare,fodere, q̄ lucta exerceri me-
lius est: & sicuti athleticae,gymnasticae luctatio magis accedit,atq;
inseruit,ita quoq; a medica lōgius recedit: unde non est mirū,si Ga
lenus eius exercitationis facultates explicare noluit, quā in medici-
na minimā cōmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea,quae ab
alijs auctoribus tradita inuenimus, explicāda esse duximus, non ut
Galeni auctoritatē ceteris, uel ipso superiorib. quos male de exer-
citationibus sensisse scripsit,uel posterioribus postponam;sed ut de
monstrarem,si qua a lucta exspectari cōmoda debēt,haec ab aucto-
Lib.de sal. diaeta. ribus indicata,& nulla alia fore. De ista nāque apud Hippocratem
scriptum inuenio,ꝙ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem minime, sed multum deambulare, secūdum uentum, ac frigus. Quicumq. ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui uero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

De pugilatus pancratij, & caestuum facultatibus. Cap. VII.



VAMVIS inter ceteras exercitationes ad sanitatē spectātes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq. athletarum, quam ingenuorum hominū professionis specimen praeseferat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemplemur, neq. illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum bra-
B chia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitēt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui nemo negaret. ideo quicūq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuste uti exoptant, quā aptiorem exercitationē ista requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus iacentibus, & sedentibus, quā ab erectis, & stantibus, seque mouētibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniā in erectis, & sese mouētibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiūt. at inferiores quoq. partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in
C iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiātur. Nocet pugilatus capiti. neque satis mirari possum, cur Aretaeus in uertiginosis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod 2.prob.5.
exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur: ex qua frictione cum calor increscat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Aetium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitatio-

nibus per supernas partes factis curandum mãdauit. Quae frequen- D
tissime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus, &
Pancratium, luctae, atque pugilatus minimus quidem fuit in gy-
mnastica medica usus: sed Pancratio multos, quibus aliquae corpo-
2. d tu. val. cap. vlt. ris partes male afficerentur, se curasse gloriatur Galenus. ex quo si-
cuti Pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est,
certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractũ uni-
uerso corpori ad robur acquirendum prodesse: uehementer si fiat,
6. epid. cõ. 2. aph. 6. solum athletarum munus exsistere. Ad haec cũ a Galeno inter ma-
gnas exercitationes recenseatur, caliditatem augere, & consequen-
ter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cõsentaneum est:
Li. 2. ad Ti mot. id quod intellexisse Theodorũ Priscianum, quem alij Octauium,
Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis di-
scipulum faciũt, arbitror, quando scripsit hydropicos labore nimio E
& continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse:
ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. scripta reliquit: ὑδερ-
Prope fine. πιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ἱδρῦν. quod itẽ innuere uoluisse Coe-
lium Aurelianum possibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs pa-
laestrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cõsuluit, ut
inflationes, ac frigiditates illius remouerẽtur. quae omnia etiam de
uolutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratij species, quã
diximus 2. lib. sub σωματομαχεῖν notasse Galenum, quod ad cras-
siores homines efficiendos mirifice cõferret, indicauit ibi Galenus
ex gymnastarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres
athletas transtulit. Caestuum exercitationes. de quibus apud medi
cos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod bra-
chijs praesidium afferre ualeant, negare minime possum: cum tã- F
men exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret,
atque a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.
Li. 5. Aen. *Sin crudo fidis pugnam committere caestu.*
In hanc sententiã uenio, caestus apud medicos, siue in tuenda sani
tate, siue in curãdis morbis, siue in acquirẽdo bono habitu nullũ lo
cũ habere, atq. ideo similẽ exercitationẽ penitus omitti debere. Ce
terũ illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatũ, & caestus exercitiũ
absq. antigonista quandoq. usurpatũ, tuncq. schiamachiae, de qua
infra loquemur, & supra quoq. locuti sumus, speciẽ quãdam exsti-
Lib. 3. c. 4. tisse, dum. s. pugnis, & caestibus aerẽ dumtaxat percutiebant. quae
profecto exercitatio ueluti manus, atq. brachia citra molestiã exer-
cere ualet, pariter alteri cum aduersario factae praeferenda semper
erit: nempe cũ plagis illis, atq. percussionibus careat, quae plerũq.

A in huiuſcemodi pugnis utrumq. certatorē magna moleſtia afficere ſolent. quocirca ſi aliqui hoc genere exercitationis delectati, aſſuetiue (nā & Galenus ipſe in exercēdis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue aſſuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculū ſeſe dumtaxat aduerſus aerem in illo exercere, atq. eo pacto ſine plagis, & grauibus percuſſionibus, delectationem ac utilitatem optatam ſimul aſſequi: modo in reliquis ea omnia ſeruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis ſtudioſe obſeruanda eſſe in libro quarto docuimus.

2. d tu. ua. cap. ult.

Ca. 10. 11. & 12.

De curſus natura. *Cap. VII.*

SICVTI pugilatum priuatam manuum exercitationē paucos uſus apud medicos habuiſſe oſtendimus, ita curſum,
B quo pedes fere ſoli exercentur, maxime utilitatis exſtitiſſe, & proinde a medicis, atq. gymnaſtis ſaepius cōmendatū fuiſſe demonſtrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces ſunt citra robur, atq. uiolentiā, negare haud poſſumus, quin corpora attenuet, carnes atque ſuccos minuat. id quod clariſsimis uerbis antiquiſsimus auctor Hippocrates, nec nō Galenus ex gymnaſtarū, & medicorū ſententia aſſeruerunt. Eſt tamen in curſu agendo multiplex diſcrimen, quod alius uelocius, atq. uehementius; alius remiſsius & placidius peragi poteſt: & hac ratione illius effectus uariari neceſſe eſt, quemadmodū etiā currendi modi, dum uariantur, alij in rectū, alij in obliquū, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij
C per plana, alij per inaequales, uel montuoſas uias aguntur. Curſum quēcumq. febrientibus detrimentū afferre, prudēter traditū eſt ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos curſibus curari ſcribentē de ſolo uehementiore ſermonē habuiſſe ſentio, quando etiā in libro de parue pilae ludo, illū ueluti non ſalubrē, & plus aequo uniuerſum corporis habitum extenuantē, nihilq. uirilis exercitationis habentē iure improbauit. De hoc itē currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi curſum uehementē exercitationē nuncupauit. alioqui Galeno repugnantē ſententiam tuliſſet. Eſt igitur curſus uehemens fere ad ſanitatem defendēdam noxius potius, quam utilis, ſiq. ullum iuuamētum affert, proculdubio carni, atq. immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti cōprobauit Coelius Aurelianus. confert quoq. ex Hippocratis ſentētia ualde humidis corporibus, quo & ipſa humore exinaniantur, & humor amplius, atq.

2. d tu. ua. cap. 10.

6. epid. cō. 3. aph. 2.

6. epi. cō. 3. Aphor. 31. ibidem. Aph 2.

lib. 4 chr. cap. 4. 2. de Diaeta.

citius

citius sistatur. ob quod & in splenis aegritudinibus quibusdã stre- nue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus se aliquos nouisse referat, qui solis cursibus, & deambulationibus ab omni affectione sint liberati. Legitur apud Plutarchũ in Demosthene Orchomenium Laomedontẽ ad repellendũ splenis uitiũ ex medicorũ praeceptis longis cursibus usum, atq. ita corpore laboribus subacto certaminibus sese dedisse sacris, & inter optimos euasisse Dolichodromos. Peculiariter uero ijs ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Aristoteles quaerẽs, cur, qui detrahere ad ima genus omne excrementorũ putatur, cursus si uelox fiat, tam in hominum genere, quã in ceterorũ animaliũ facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo euenire, quoniã motus uelox, cum uires in tendit, & spiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, & caloris, praeterea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit, ex quibus omnibus locũ superiorem aegrotare necesse est; & iccirco sapienter Theodorus Priscianus scriptũ reliquit cursum uehementem epilepticis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atque placidus ad corpora perbelle calefaciẽda, ad naturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatim autem defluxiones, atq. catharros curare, & aliorsum uertere idoneus est. & iccirco ab Aretaeo talis pro uertiginosis commendatur, sicut & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso, qui, ubi sicca tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec non eo morbo quem Graeci *κυνικὸν σπασμὸν* nominãt. licet enim primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita properant currentes, ut morbi propemodum obliti uideantur. Stomachum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus liberat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendũ consulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tumores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & seminis profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpionibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen sententia in cunctis renum affectionibus minime probanda est: quoniam

5. partic. prob. 9.

li. 2. ad Timot. ca. 2.

lib. 3. fer. 2. cap 28.

lib. 2. ad Timot. c. 15.

Oribas. 6. coll. ca. 21.

A si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimen ti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercita tio pedes atq. crura, quorum propria actio exsistit, non parum adiu uet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cõmoda secũ uehat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incommodis (quae est communis remediorum omniũ natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles pro bauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustentatur, quasiue parieti admotus requiescit. quã ratione item contingere dixit, ut currentes potius quã ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimẽti reddit capacio-

lib. de affe. ren.

5. partic. prob. 38.

5. partic. prob. 91.

B rem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calo re penitus extenuata transit in spiritum; neque uero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem nõ admodum firmum, uel urinam ardore solicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Cassius Iatrosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinã aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis caussam sciscitans, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero currunt, & si nullam antea grauita-

Aph. 115.

Lib. 29. c. 1.

C tem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniã in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendẽ tes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti cõtingere in pila super pauimentũ iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit; sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autẽ legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, uerũ de alijs uehementer currẽtibus. Achanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine (ut fusius diximus primo Variarum lect. cap. 2.) pectoris uenas latiores instar uaricis significãs. Alioqui scri-

6 Epid. com. 2.

7. Metho.

In Merc.

ptum

5.prob.16. ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D
numerose spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur, modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ualet. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum
lib.3.c.33. cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum usque adeo huiuscemodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos prosequuntur, nec mingendi ipsis potestatem faciunt. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse,
lib.4.c.8. traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Rufo. Atque haec omnia de cursu recta in anteriora facto a me explicata sciantur. pro
ibidem prob. 36. quo id silentio nõ esse praetereundum duco, quod Aristoteles scriptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E
conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in partem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde si homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis obuiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulsio tanto uehementior incidit, quanto cursus contentemagis agitur. Cursus insuper recta ad anteriora factus, atque longus
2.d diaeta. ab Hippocrate nuncupatus secundum eius sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praestat. At re-
Oribasius Loco cita. cursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque utilis est; iccirco non replet caput. Circularis uero cursus secun-
2.d diaeta. dum Hippocratem carnem minime diffundit, attenuat autem, distendit carnem, & uentrem maxime: propterea q. acutissimo spiritu utentes humiditatẽ in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab F
In lib. de insom. ipso in ijs commendatur, qui nigra astra in insomnijs uident, nempe quibus morbus forinsecus immineat. Caput ualde offendit, uer-
lib. de Vertig. tiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, & crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt cursus per accliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; similiter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiunt, uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui tecto corpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut uestitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui stellas deficientes in insomnijs, uident, quod secretionem in corpore humidam, ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam illapsam esse significetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, sicuti magnam sudorum copiam eliciunt, ita generose per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo currēti prodierit, etiam B si minor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quique coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratiora incolūt, melius colorantur ijs, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisque coloratior est, cum ueluti spiritui afflanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusque a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui uestiti percurrunt, & qui nimis dormiūt, quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis se se modico somno recreantibus colore florent. Cursum uniuersim acceptum magis hieme, quam aestate ex usu esse credidit Hippocrates, siue Polybus in secundo de diaeta libro. ex aduerso Oribasius tum hieme, tum aestate media conuenire sensit. cuius C forsan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hieme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

Li. 2. ad Timot. c. 12. 2. de diaeta.

lib. de Insom.

2 partic. prob. 30.

Quid praestet saltus. Cap. IIX.



SALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robusta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praesertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natiuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes perspectum est, licet postea capiti, atque pectori noce-

re ex eo constet; quod in huiuscemodi exercitationibus alterum ue D
hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi in-
flexionibus comprimitur, & ex compresionibus mox uasa tam pe-
ctoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat
5. Meth. a Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulie-
In prin. de nat. pueri. res abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, cete
risq. uetustissimis auctoribus, ubiq. confirmatum est; uerum etiam
ipsa rerum parens, optimaq. magistra natura nos uberrime edocuit,
nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firma-
14. de usu partium. mentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,
quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faci-
liter disrumperentur; quod munimen cum humani generis femi-
nis nequaquam concesserit, opinor eam eo consilio id effecisse, ut
cognoscerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaslibet sal E
tandi occasiones ipsis effugiēdas esse. Multae sunt saltus species, qua
rum duas Oribasius Antyllum secutus nominauit, exsilitionem ui-
delicet, atq. saltum ita proprie uocatum. de exsilitione, quae quo-
dammodo cursui adsimilatur, hanc sententiam tulit, illam diutur-
nis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexio-
nibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes superiores rapi-
tur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus,
ex carnibus, stupidis, atque tremulis praesidium afferre. hanc etiam
In eius vita cap. 83. intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum,
ita ut in extremis spatijs subsultim decurreret, scribit, quasi sic in-
firmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uesicae
calculis, quibus affligtabatur, saepe occurreret. De saltu uero pro-
prie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, sed
quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus
concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, &
ad motum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod F
Li. 2. c. 11. si ad nates efficiatur saltus, qualē Lacaenarum mulierum fuisse iam
diximus, caput, ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat,
Lib. 1. cur. chr. cap. 1. & purgando siccat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum pu
to, ubi in uetere capitis dolore saltum, & *ξιωδὴ παίδοτον ἀνείλη-*
σιν laudauit, sicut & *ἅφαλσιν* in uertiginosis. euocat etiam men-
struas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expel-
In li. de na. pueri. lit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quo-
que retentas quassationis merito deijcit, necnon uterum, qui su-
pra sese contraxit, in suum locum trahit, haemorrhoidas prouocat,
lapillos ex renibns ad uesicam detrudit: genibus tamen ob conti-

nuas,

A nuas,& nimis uiolentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum uiscera omnia uehementius quassant, & ob id etiam qui uel hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus crura tumida gerunt, huiuscemodi exercitationes summo studio ex Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusq. omnibus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione uel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ipsis supplere, redundantesq. humores exinanire manifestauit Gale- B nus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum apud Rufum Ephesium inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse, qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillitatem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent aut mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium. quae omnia de saltu simpliciter facto intelligenda esse uolo. Qui enim manibus uel lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis saltare nituntur, ab alijs in hoc differunt, ut dicebant Aristoteles & Theophrastus, quod illi inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: hi uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi conuellitur, cum in nulla renitatur; in iactatione uero ponduscculis manu apprehensis facta nulla huiuscemodi conuulsio contingit, C quando saltans id manibus tenet, qui quasi nititur, quo minus fatiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quatiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tensis, atque otiosis; quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuaricatione, & explicatione innixi uehementius, firmius, & consequenter uelocius mouentur.

Lib.5.c.55.

6.epi.cō.5. aph.2.

Lib. de pass sionib.ren.

5.partic. pb.8.1 lib. περὶ κόπον.

Aristo. lib. de cōi asa liū gressu.

De Halterum condicionibus. *Cap. IX.*



Alteribus factam exercitationem duram esse, atq. uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. ipse Galenus, dū in huiuscemodi ponderibus apprehēdendis, iactandis q. musculos omnes, atq. neruos ualidissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut affatim corpus

Orib.lib.6 cap.34. a.d tu.ual.

pus

pus calefacere haec exercitatio idonea sit, & praesertim dorsum, D
quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea
carnem creat; priuatim uero superiores partes ab illa exerceri me-
6. de tu. ua. cap. 14. moriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus hu-
iuscemodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim
finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed
Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stoma-
choq., quem diffluxio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo ci-
bus acescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: lau-
Li. 5. chro. cap. 2. dat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emol-
lienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo intercluso
mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Ga-
6. de tu. ua. cap. 14. lenus cuidam, qui mordax, praecalidumque semen inter emitten- E
dum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem ha
beret, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret sua-
lib. 9. c. ult. sit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curan
do huiuscemodi exercitationem commendauit, quod animaduer-
teret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumq. semen,
uerumetiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatu
de cõp. me. p genera. cap. 2. lentos digerendos conducere. similiter quoq. Galen. in ulcerum
crurum curatione, nisi quid aliud impediat, halteribus peractam
exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo mi-
6. epi. cõ. 3. aph. 2. nus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem
etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut
aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit.
Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci similem exercitationẽ F
congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequa-
liter agitatur, alterius autem uasa, ne ob maximã, qua brachia utun
tur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quam
rem fortasse considerans Martialis, fossionem, quam Galenus, &
exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic
exercitationi proposuit sub hisce uersibus.

Lib. 14. *Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?*
Exercet melius vinea fossa viros.

Huius cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea om-
nia praestare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero par-
ticulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam
deducere scripsit Antyllus; ueluti & tertium spinam, illaq. iuua-
re, & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce
omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres ac lapides prope sphaerici & graues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiendumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in priscorum inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq. superiores partes mouent, contorquentue ac faciebant antiqui halterum exercitatores, ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus expectari debeant. 5. Eliacor.

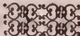
De disci, atque iaculationis effectibus. *Cap. X.*

B



DE disco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, usum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,
C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in longius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur, cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi possent, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, ex optaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in uertiginosis quoque ab Arctaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In 6. epid. cō. 3. aph. 1.

li feruidiores,atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dif- D
folutionem contrahunt; huius interna aliqua uafa, ut teftatum fecit Galenus, non raro difrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem exftitiffe halterum, atque difci, fciendum praeter
lib.1.c.12. uariam utriufque figuram iam a nobis in fuperioribus libris declaratam, hoc quoque difcrimen habuiffe, quod halteres uarijs contorfionibus altius agebantur, difcus uero, etfi in altum proijceretur, tamen longitudo fpatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempeftate faciunt, qui fefe in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in difcobolis uifebantur. Iaculatio porro ficuti a difci iactu parum in ipfa proiectione differre uidetur, ita quoque uires fimiles & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum eft. quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud minime filentio obuolui debere fentio, ueteres fcilicet non fine myfterio Aefculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, ambos fanitatis magiftros arti iaculãdi tamquam Deos praefeciffe; nimirum hac fententia innuentes, huiufcemodi exercitationem bonae ualetudinis conferuationi, boniq. habitus acquifitioni ftrenuam opem afferre. cuius exercitationis poftquam plures fpecies effecimus, alias a iaculorum, fiue fagittarum uarietate defumptas, alias ab arcubus feu baliftis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem pofsidere autumo, nifi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uelim, ut magnam curãm adhibeant; quoniam faepe numero peritonaeum difrumpi, inteftinaq. in fcrotum defcendere, & per confequens hernias in fimilibus exercitationibus generari experientia E compertum eft: cumq. in emittendo maxima uis, atque intenfa fpiritus retentio adhibeatur, pectori adftricto, atque infirmo huiufcemodi iaculationem aduerfari puto. Non eft quoq. illud ignorandum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem,
5.de finib. bo. & mal. dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagaffe tamen uitam aucupio fagittarum iaculatione facto.



A *De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.*



I ullum eſt exercitationis genus, quod illis, qui ſanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoſcendum ſit, quodq; ceteris quibuſcumq ue frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem eſſe nemo negabit: ſi quidē nullus eſt, ſiue puer, ſiue adultus, ſiue ſenex, qui non modo eam praeſtantiſsimam, ſed ſolam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo uſu, quibus quaeque corporis partibus, & proſit, & noceat, perfecte animaduerterint: id quod eueniſſe exiſtimo, cum ob uarias illius ſpecies, tum ob poſteriorum hominum incuriam, qui & in huiuſcemodi rebus, & in
B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oſcitantius ſeſe geſſerunt. Quamobrem operaepretium factunum me eſſe ſpero, ſi, deambulationum ſpecies praecipuas recenſens, conſequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonſtrauero. ſed duo ante cetera ab omnibus conſiderari cupio. Primum quod ſaepe inuenire eſt apud auctores medicinae Graecos. & Latinos, praecipi ſimul ambulationes, & exercitationes; quaſi illae ab his ſeparatae nec exercitationes ſint. quorum ſententias ſic interpretari uolo, ut ſemper, dum ipſas ſeiungunt, ſub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, ſignificent; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum eſt, duas Galenum, & eos, qui ipſius doctrinam ſecuti fuerunt, deambulationis principales ſpecies tradidiſſe,
C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon poſt relictos aliarum exercitationum labores adhiberi ſolitam, de qua nō eſt nunc inſtituti noſtri multa uerba facere; alteram ſimplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in ſanis ad conſeruandam, atque augendam maiores utebantur, noſque uti poſſumus. atque de hac erit tota noſtra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, aſsignauit; quoniam, cum tot ſpecies habeat, non parum diuerſas, ſub unica illas omnes differentia comprehendere impoſsibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipſo, a quo (ut ſic dicam) earum eſſentia exſiſtit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres ſunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remiſſae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuersiuae, atq. D
hae, uel totis pedibus, uel summis digitis, uel calcibus. A loco, quoniam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis; & quae in uijs planis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel sub porticu, uel sub Dio uel sub Sole. A tempore, quoniam aliae fiunt hieme, aliae aestate, aliae mane, aliae uespere, aliae ante cibum, aliae a cibo. Tot enim deambulationum discrimina (ne minutius rem partiar) apud auctores, atque ex ipsa rei natura, experientiaue reperio: quarum nonnullae sane possunt esse apotherapeuticae, sicut apud antiquos
Oribas. 6. colle. cap. 21. fuerunt. At non est ignorandum, tunc illas in usum uenire, quādo, iam confectae sint grauiores exercitationes, siue post purgationes, quas medicamenta fecerint, & post sublitionem oculorum, & post copiosum uomitum: atque hoc deambulationis genus aptum est animum remittere, spiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae distenta sunt soluere, itemq. thoracem purgare, & facilem respirationem reddere, instrumenta sensus roborare, uentriculum firmare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae lassitudinis sensum infert, quaeq. perturbat, explicare, atque dissoluere.
2. d diaeta. prope finē de ista loquebatur Hippocrates quando scripsit, deambulationes post exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime uero permittere, ut caro prae labore colliquetur, sed ipsam purgare. Atqui deambulationum simplicium mediocris ceteris omnibus magis ex usu est: de qua intelligendus est M. Tullij locus quando is Ti-
16 famil. Epist. lib. roni consulens, ut ualetudinem curaret, ab ipsa quinque postulari scripsit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν κοιλίας, idest ciborum coctionem, tristitiae carentiam, ambulationem moderatam, oblectationem, & alui solutionem facilē. medio- F
crem autem appello ambulationem, quae inter differentias enumeratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta sit, quemadmodum ambulationem profuturam esse debere tradidit
Orib. ibid. 7. epist. 79. Antyllus, quae, ut sentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, thoraci, nisi adsit sputum sanguinis, male affectis auxiliatur. De hac lo-
Epist. 79. quebatur Seneca, quādo sese destillationi, a qua ualde affligebatur, deambulatione succurrere fatebatur, hanc eandē pro insania, proq.
Lib. chr. 1. c. 5 & li. 3. cap. 5. asthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: est uero etiā maxime utilis stomacho humescenti, dolenti, & in quo alimenta coacescunt, corrumpunturue. In arquatis, siue ictericis curandis ea usus Archigenes inuenitur. similiter efficax est ad mulieres, quibus suppressae sunt purgationes, & cum aluus sistitur, cibi supernatant, urina retinetur. nō mediocriter quoq. coxendicis mor-

bis

A bis prodest, & ad summam omnibus ijs, in quibus necesse est aut a superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad inferiores partes propensa feruntur, excernere. Iam uero febrientibus omnibus deambulatio huiuscemodi obest, nimirum quae, ut sentit Galenus, calorem, & consequenter febres augeat; nocet epilepticis, sanguinem excreantibus, mingentibusue, aut seminis defluuium patientibus. (6 Epid. com 3. aph 3.) Porro uelox deambulatio magnopere calefacit, magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit. cuius gratia Coelius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polysarchia adhibendam esse iudicauit. (li.4 chro. cap. 7. & lib. 5 c. ult.) Ambulationes tardae fere eadem praestant, quae ab apotherapeutica effici diximus: quo circa ualetudinarijs senibus imbecillioribus, & ijs, quos post cibum ambulare delectat, quiq. nuper a somno ex

B pergiscuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas sese praeparare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodate erunt. Has etiam esse crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a cena ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius absoluitur coctio accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro reficiendis corporibus exsiccatis commendat. (2. de acutis 2. 1. doct. 2. ca 7. par. 1. 15. 7. Metho.) In capitis dolore Coelius Aurelianus probauit, ut laborās deambulatione exerceretur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuē probauit, nempe quae sine capitis concussione humores a supremis ad infima deducere, eos leniter dissipare, attenuare, & uniuersum corporis habitum citra noxam calefacere ualeat; (1. chronic. cap 1. Cap. 4.) quarum omnium gratia eam in quartanarijs, ubi paroxismus non affligit, iuuare, mino-

C rem fatigationem quam stare pedibus afferre, tradidit Galenus. (1. ad Glau.) In spirandi difficultate & in sacro igne similiter, quem graeci ἕρπητα, Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem huiuscemodi conducere testatum reliquit Cornelius Celsus; (lib 3. de re med. c. 33.) quam & pro elephantiasi curāda in usu habendam esse consuluit cum eo Coelius. uehemens siue nimia deambulatio frigidos adiuuat & ea ratione a Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur; anhelitum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnopere perturbat, & ob id iure reprehendendus est Praxagoras, qui in epilepticis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhibebat: (li. 4 c. 4 & lib. 5. c. 18. Li 4 chro. cap. 3.) pedibus similiter debilibus, & suscipiendae podagrae expositis nocet; quandoquidem ob nimias deambulationes non raro ischiadicos dolores & podagram generari, scribit Galenus; sicuti ex aduerso remissam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

ternis conuenire, insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi deambulatione molli stramine, coaequato solo peractam ipsis commendauit. debent enim (ut scriptũ est a Tralliano) qui podagra & articulorũ affectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, potissimumq. ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduersatur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet, ipsiq. aliam rursus materiam ex longinquioribus particulis ad se attrahentes, arripientesq. fluxibus iugiter caussam suggerant. Multa deambulatio secundum Antylli sententiã iuuat eos, qui caput, uel thoracem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes non nutriuntur, quiue in exercitationibus uehemẽtiori motu egẽt; pauca uero prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus est, ut is in fundum stomachi descendat, & quibus grauitas in corpore sentitur. Longa & recta ambulatio minorem, quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut non immerito Coelius, atq. Cornelius Celsus epilepticis curandis eam ex usu esse iudicauerint; at nimis exsugit, humiditates, atq. exsiccat. ob idq. merito accusandus est Themison, qui atrophia laborantes duodecim stadiorum spatiũ gressu conficere suadebat. Longa & concitata singultui comprimendo secundum Aetij sententiã strenue prodest: breuis sicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Aristoteles) ex motu & quiete inter reflectendum orta constans diuersitatis illius opera laborem inferat, ita quoq. reuersionibus illis continuis caput labefactat: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epilepticis damnatur; cuius rei caussa ambulatio quoq. circularis merito improbanda est, ut pote quae caput uertiginosum reddat & oculis uehementer noceat. Nã Cassius medicus antiquus in libello problematũ, quem graeca lingua conscripsit, caussam indagans, ob quã motus recto tramite facti uertiginẽ non generent, sed solum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime difflationem materiae impediunt, circulares uero eã fieri non sinunt, quod aer uehementius illisus prohibeat; ad haec materiae intus agitantur, quemadmodũ & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire ualentes motũ in capite uertiginosum efficiunt. sicuti namq. icterici omnes externos sapores amaros sentiũt, & qui suffusiones in oculis patiuntur, quoscumque colores rubeos iudicant, similiter in circularibus motibus, cũ in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur, sicq. uertiginosa passio oboritur. Ex ambulationibus, quae cum intensione crurum calcibus incumbendo fiunt, quemadmodũ scriptum est ab Antyllo, capiti male affecto

Oribasius ibidem. lib. 1. c. 4. Lib. 3. c. 33. Cel. lib. 3. chronic. 7.

Probl. 38.

D E F

A cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulsio, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo suppressae utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atque haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.



NTER deambulationum species, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adscendendo, aut B descendēdo exercentur. si fiant adscēdendo, ualde profecto uniuersum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs, quae primum mouentur instrumentis, reliqua corporis membra uniuersa. scribit Aristotel. ambulationes per accliuia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem prouocare, quā per decliuia, nec non spiritum prosistere; quoniam graui cuiq., ut deorsum ferri secundum naturām est, sic ferri sursum contra naturam, itaq. caloris natura, quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat, sic per accliue pressa onere nititur, acriusq. ob eiusmodi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum prosistit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre caussae posit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum C Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnumquam supplet. Legitur de Demosthene, consueuisse ipsum adscendēdo deambulare, atq. inter ambulandū orationes pronunciare, quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dū adscendimus, non corpus sursum iactare, distentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturā flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae descēdendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nō parū laedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo-

1.d tu.ual. cap 9.

2.partic. prob. 38.

5.partic. prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo D crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer fatigantur. Ambulationes quae tum adscendendo, tum descendendo peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarietate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sententia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad corpus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam factae in aequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito deambulando defatigantur. atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quae in uijs peragūtur, minori cum labore fieri scripsit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc E idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phaedro; ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praeposuit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystis factae praetulit. In his tamen disterminandis ualde refert, numquid in pratis, in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniam si fiant in pratis, blandissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentant, nihil commouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Factae in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxime profunda (quod genus est uehementissimae F exercitationis) aguntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasq. cuius gratia Augustus dum coxendice, & femore, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum Suetonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arūdinum remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxiones, tum ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum, quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam subinde, e supernis ad infernas partes deducendum, eamque dissipandam potentissimae exsistunt, & ideo male forsan a Coelio taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis paralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes;

lib. 1. c. 1.

Oribasius Loco citat.

In Oecon.

In uita Augusti. c. 80.

Li. 2. chro. cap. 1.

A aut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, sed intemperato, uitioso, crasso, corpusque uniuersum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in usum istum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuie, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisque iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celso praeferuntur. A Vitruuio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praesertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione calescat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque disipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: consuluit architectorum princeps amplisima, & ornatissima sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales hae deambu-

Lib. 3. c. 2. Loco citato. Lib. 5. c. 9.

B [marginal letter beside "uio quoque ualde celebrantur"]

C lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & stagna, humectare possunt: sed utraque nocent, & praesertim stagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt praestantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant nō sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae deinde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida caussa ortis commendauit. sed

Oribasius loco citato

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thoracemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse loquebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub Dio pro modo uirium adhibendas consulebat, si sub Austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet insuauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucunditas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque ita se habent ambulationes subdiales in uetis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sentire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quā parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, ueluti quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & ueterum medicorum, praesertimq. Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eliquentur; si sicca, pro modo ficciora reddantur, & demum quaecumque fiat, semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assueti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solam in frigore, aut in sole peractam uetat. Atqui non illud tacendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti praeceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet, sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uaporem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepefacit, unde aer postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut uiridaria efficiūt, quam quae tecto subest: quoniā aer assidua quadam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contaminare consueuit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit Plu-

Lib. 3. chr. cap. 2.

Lib. 1. c. 2.

In 2. de morb.

5 partic. Prob. 34.

A Plutarchus, propterea huiuscemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore suffusae uitentur, quoniam, si per ipsas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaest. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipsa mordeat, atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum superficiebus aspergo quaedam noxia inde corporibus affusa inhaereat, quae partes extimas ipsorum mordeat, atque discindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipsa, & uetusto codice permotus legendum puto) inesse perspectum satis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifesto declarant, quae alioquin obesae dum tenuibus uestimentis, aut lanis rori colligendo ope- 3 Sympos. prob. 1.

B ram nauant, eo in exercitio carnes consumunt. In omnibus autem fere proderit sub ijs umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginosis, nempe sub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agrestes, & sponte nascentes: sin harum copia desideretur, inter humano cultu procreatas. Est in hac quoque non exiguum discrimen respectu caeli, quod, dum serenum est, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam respirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aestate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: superest tantum illud Cap. 11.

C adnectere, ambulationes quaslibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum uespere: quandoquidem matutina aluum emollit, si credimus Antyllo, segnitiem a somno contractam dissoluit, spiritusq. attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis cõuenire, quod humoris transitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, scribit: sicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum soluere confirmat. uespertina uero ad somnum hominem praeparat, ac inflationes dispergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accusatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa uesperam ambulare, ac rursum conquiescere, & deambulationem repetere. Post cibum diximus exiguam ambulationem assuetis conuenire, atque illis, quibus non sine labore in fundum uentriculi descendit cibus: illis pariter, 2. de diaeta. lib. 1. chro. cap. 4.

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambu D
6.de tu.va. lationem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Are-
cap.7.2.de taeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam
cōp. med. uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque statim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquissimum, & clarissimum satis mirari non possum, quod phtisicos deambulatione post
Cel lib. 2. prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem cibo-
cap. vlt. rum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem difluere facit; quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod
2.d diaeta. licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare E
confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiuscegeneris ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione, iam cetera aggrediamur.

Explicit Liber Quinctus.



ARTIS GYMNASTICAE LIBER SEXTVS

Quos erectum stare effectus pariat. Cap. I.



OS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demõstrauimus, hanc rem amplius in disputationem reuocare prorsus ridiculũ foret. proinde, quot modis haec exercitatio varietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo.
B Quod etenim haec exercitatio priuatim dorsi partes afficiat, Auerroes, inter Arabas 6.collect. cap. 2. non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel casu fortiti sunt, summo studio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut saepius diximus) maiorem, quã ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiã in renibus inflammatio, uel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cauendum esse, cẽsuit Rufus Lib. de pass. renum. Ephesius. debent quoq. huiuscemodi exercitationẽ auersari, quos uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut scroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de caussa oriuntur, quã sententiam nisi medicorũ auctoritas cõfirmasset: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit,
C in stantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. modo hernias, modo uarices, modo ulcera generare, souere, & augere: nam quod uarices generẽtur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui Satyr. 6. cũ quandam mulierem Ianũ rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens significare ob importunas mulierũ petitiones haruspicem, si cunctis inseruisset, stãdo, (sic quisq. haruspex pro alijs rogabat Deum) non parum laboraturũ, ait: Varicosus fiet haruspex. Marium quoq. scimus omnes, laboriosum uirũ exstitisse, ob quod Plut. I eius uita. si quis dicat, ei uarices, quibus affligebatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in stando labores, eum minus erraturum existimarem. Verum enim uero & in hac exercitatione non paucae diuersitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias quasi species efficere uidentur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibũ, aut a cibo, quis stando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae, quoniã uel in

sole,

ſole, uel in umbra, & hac aut clauſa, aut aperta ſtatur. A ſitu demũ D
euariantur ſtandi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & uel ijs totis, & planis, uel extremitatibus eorum, calcibus ſcilicet, & ſummis digitis ſtamus. Ante cibum ſtare uentriculi excrementis inaniendis auxiliatur, aſthmaticos, & difficiliter ſpirantes adiuuat, uentrem emollit, urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, & ſiquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices ſupplere poteſt. Vertiginoſis tamen, & quibus ad ſuperiora rapiuntur uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta ſtatione facilius caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam ſimilis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia (quod ſcripſit Ariſtoteles) minus homine tuſsire, minusq. catharris uexari crediderint: quoniam ipſis minime erectis ſtantibus haud ita uapores natura ſurſum tendentes in eorum capita ferri poſſunt. E

Petrus Ap ponenſis 5. partic. prob. 1.

Qua item ratione eos omnes damnare uehementer ſoleo, qui, ſi alto capite dormiãt, minus a catharris ſe uexatum iri putant, cum potius contrarium eueniat, ut ſcilicet qui humiliori, & fere ceteris mẽbris aequali capitis ſitu dormiunt, uel aliter iacent, minus a uaporibus capite tententur, minusq. a capite ad pectus humores defluãt. Quamuis ſecus iudicandum ſit, ubi quis uentriculi in cõficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in caſu Poſidonius apud Aetiũ magnopere ſtudendum eſſe iuſsit, ut in decumbendo caput altiori ſitu contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo accõmodetur, & ob id nutrimentum minori moleſtia coquatur. Atq. hoc intelligi debet de ijs, qui multum ſtant: ſtare etenim pauco tempore exiguum quid prodeſſe, neque multum obeſſe poteſt. Qui porro communi illo effato, Prandia poſt ſtabis, inducti poſt ſumptos cibos ſtare delectantur, ij ſcire debent, ſi mediocri quodam tempore ſtetur, deſcenſui ciborum in uentriculi fundum id inſigniter cooperari, & conſequenter illorũ concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui ullam effatu dignam laeſionem afferre: uerũ ſi multo tempore ita quis permanſerit, praeter moleſtiam, qua ob ciborum interdũ pondus, praeter laſsitudinem, qua ex labore afficitur, uarias item offenſiones ſubire cogitur. Primo namq. maior uaporum copia ſuperiorem corporis regionem impetit, maior humorum multitudo ad inferiora praecipitat, atq. inde ulcera in cruribus, gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atq. ſpirationem uniuerſam nõ parum labefactat, uti ex difficultate ſpirandi tũc apparẽte facile quiſq. cognoſcere ualet: poſtremo renes, atq. ueſicam, & totam mingendi actionem uitiat, quando uidelicet crudi humores ex ſimili ſitu ad F

eas

A eas partes deferuntur, renesq. & lumbi uehementer incalescunt, de-
bilitaturq. ut non temere uideatur praecepisse Rufus Ephesius, ne lib de affe. ren.
quis ulceribus renũ laborans, etiam si morbus inclinare coepisset,
staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differẽtijs ad-
nectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proin
de qualicumq. adnexa reperietur, illius effectus cõtinuo exprimet,
modo umbrae ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico,
quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigido-
rum, atq. humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perni-
ciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere ne-
mo negabit. Ceterum de stantibus sub sole in hunc modum deter-
minandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate sum-
mopere calefacit: immo sententia est Aristotelis, cum stamus in so- 5 sectio. prob. 34.
B le nos magis deuri, quàm dum mouemur, etsi per se motus ipse quo
que calefacere ualeat, quod alias fusius explicauimus. Si igitur ita
est, rationi consentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde fri-
gefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro
quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis Lib 3. c. 3.
item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne inte- Lib 3. c. 6.
rim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetiũ ex Antylli sen- 9 de cõpo. med. s. l. c. 8
tentia legũtur, insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse,
alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacẽ-
do, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de
quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio
administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocu-
mentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo ge-
C nio ductus Plinius maior nõ modo purgato corpore, uerum etiam Plin. nepos lib. epist. 3.
post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauare-
tur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quan
do dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, at- Gal. de causis morb.
que capitis dolores gigni: Nam si antea quam corpora soli exponã-
tur, opportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione
fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate labo-
ranti succurrit, quod illud durius atque impassibilius reddat, & ob
id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commen- Coel. lib. 1. ca. 4. & 5.
datur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie
iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea
occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pin-
guedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica de-
primit: neque tamen ipsa noxis suis caret; quando quidem mora

quaeuis

quaeuis ſub ſole bilem auget, & conſequenter ijs, quibus calor na- D
6. epid cō. tura mordax eſt, ualde aduerſatur, ut a Galeno ſcriptum eſt, ſpiri-
1. ap. 10. tumque craſsiorem, denſioremue efficiens, aſthma, & orthopneá
2. de tu. ua. cap. 12. exacerbat. Ceterum ſi abſque unctione inſolatio adhibeatur, in ceteris eoſdem effectus parit, niſi quod corpus exſiccat magis, tamquam pingui illo aduſto, & ſubinde maiori nigredine ſuperficiem totam inficit, necnon carnem inſtar cauterij cuiuſdam denſans minus per inſenſibilem tranſpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuſcemodi inſolationem ad minuendam polyſar-
Lib 1. ſer. 3 cap. 32. chiam ab Aetio laudatam cenſeo. Verumtamen duo hic animaduerſione digna eſſe exiſtimo, alterum, quod medicos, ubi ſub ſole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluiſſe opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonſtrant, capita detecta, ſi ſoli exponantur, ualde offendi, nempe quae E
ſupra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad ſeſe attrahunt, ſicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire ſu-
2. partic. prob 9. ſpicandum eſt, propterea quod, ut ſcripſit Ariſtoteles, induta cor-
lib. de cauſ ſis morb. pora a ſole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radijs minus feriantur. atque hoc totum a Galeno ſignificatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi ſub ſole manent, uniuerſum corpus calefacere, qui uero induti, caput ſolum: nam demonſtratum eſt a nobis libro tertio, Maiores noſtros numquam fere caput tegere ſolitos: ne miremur Galenum, dum indutos ſcripſit ſub ſole, capite tantum ualde incaleſcere dixit. Alterum animaduerſione dignum eſt, quod, ſicuti ſedentes, & ſtantes ſub ſole uehementius incaleſcere, ſiue potius deuri experientia conſtat, quam ambulantes, & currentes: pa- F
riter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuerſa a nobis dicta de ſtantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. ſtare namque calcibus innixos non modo laborem ac moleſtiam inducit, uerumetiam nullum iuuamentum effatu dignum praeſtare creditur: quemadmodum ſimiliter eos, qui ſummis digitis ſtare conantur, praeter fatigationem illico ſuccedentem partes illas callis moleſtiſsimis afficere compertum eſt, & praeſertim quando quis eo frequenter utatur hi ſiquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis alijs proſpectare ualeant, cuiusgratia ab antiquis ſpeculator, ſiue σκώψ pingebatur facie hominis ſtantis ſupra digitos, ſummamque manum ad umbelle formam ſupercilicijs admouentis, ut Aeſchylus in Theoris meminit.

De

A *De pugnarum effectibus.* Cap. II.



VGNARVM, quae maioribus nostris ad ualetudinẽ inseruierunt, quaeq. etiam temporibus nostris inseruiendi similiter facultatem obtinent, aliae fiunt cum armis fictis, neq. incidentibus, uel pungentibus aduersus hominem, aliae aduersus columnã aut palum, aliae aduersus umbrã. atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quẽ imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum ensibus factum esse ex uelocibus atque fortibus exercitijs. quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (σκιαμαχεῖν dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem esse iudicauit, ut Auicenna quoque, & Paullus post ipsum censere uisi sunt. Cum itaque res ita sese habeat, pugna non armatorum tam aduersus homines, quam aduersus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem supprimit: & proinde a Coelio in curanda polysarchia adhibetur, deinceps brachia atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nõ parum labefactat. renibus item laborantes huiuscemodi exercitationem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porro, siue aduersus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire supra monstrauimus, propriae autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio exsistit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affectionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. est etiam utilis uitijs, quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in ijs qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam salientes, interdum uero tanquam calcibus caedẽtes. Ad eadem omnia similiter ualet pugnã aduersus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere,

[Margin notes: 6 Epid cõ. 1. Aphor. 6. 6. coll c. 2. — B — 2. de tu ual. c. 8 10. & lib. 1 fen. 3. doc. 2. c. 2. — Lib. 1 chr. cap. ult. — 6. Epid. com. 1. aph. 5. 2. de tu ual. cap. 10. — C — 6. collec. apud Orib. cap. 29.]

& uim maiorem corporibus inferre, quam istam: quoniã, ut ab Alexandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae, fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdẽ resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda est, quae cũ robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit; neq. ullo alio minorem laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exsistere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem aliam spiritus expulsionem ferre possint: facit autem huiuscemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia est, praesertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, siue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, ὁπλοιτοπάλη ab Aeschylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae species armis in manibus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur; sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, siue celerem agitationem, quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit, speciem quandam exstitisse. An uero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia post plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. Tum » hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt cum de pugna illa sermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hanc postremam carnem, sed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna nõ uidetur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea quod cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriusq; necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

Marginal notes: 1. Libro. Prob. 120. — Loco cita. — 2. de tu. ual. cap. 10.

A bitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaeue sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nõ sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quamque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum huiusce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertasse, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed fere semper ui B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris uana quadam & falsa defensione proiectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu- C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum seriam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare uolui.

lib 3 c.23. lib de cõp. cap.18. lib 28. c. 1.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus.
Cap. III.



VLTA apud antiquos exstiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad- 2. de tu. ua. cap. 8.

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta diuersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Auicennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse, & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detrahendi facultatem possidere, ut apposite insinuare uisus est Hippocrates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sursum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Galenum in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has partes corroborare in animo est, sicut ijs ualde nocet, quorum chiragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc locutũ esse Celsum quis credere potest, ubi in ijs qui ab arida tussi exagitatur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλεθρίζειν, idest ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra robur, & uiolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex fortioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis, quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet: thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male uexatur, ualde obesse reor, haud secus atq. capitibus male affectis uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersionibus, quasique circuitionibus facillime tum uertiginosis, tum apopleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exercitationum censu est, & πιτυλίζειν siue pytilissare, aut pytilisma, ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo retrorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, & proinde sine ui, aut robore quodam peragi possit. Vnde in huiusce modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora affirmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet. sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiã podagris suscipiendis obnoxios reddit. egouero peculiarem illius usum exstitisse autumo, quando post longam brachiorum ualetudinem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec non a torpore liberare in animo habebat. Sunt praeterea a Galeno nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna comprobata, quae, q aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui conferant,

2. de tu. ual. cap. 10.
Lib. 3. c. 3.
lib. 1. c. 17.
Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 1.
2. de diaeta.
lib citato cap. 11.
Lib 4. c 4.
loco citato
Loco citato.
In Miscel. cap. 38.
2. de tu. ual. cap 9.
loco citato

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro polysarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto si quis (ut Milo factitabat) conuellere se, mouereque de loco uolenti permittat, crura maxime corroborare poterit, queadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiã manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxijs minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, si quis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se a cõplectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera laefactentur ex nixibus illis qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, renixuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atq. renes debiles habentibus nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui non sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utantur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

Lib. 5. chr. cap. ult.

B

C

D

De spiritus cohibitionis facultatibus. Cap. IV.

Cap. 6.



Detentionem spiritus speciem quandã exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiuscemodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionem meatus disparare, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cauitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque, si amplius trusus, propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quãdoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tantum ab ipso quaedã impelluntur, quaedam trahuntur, nam traduntur quae ante occurrunt, attrahuntur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraque coacta. Quod uero ex retento spiritu cauitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo ligulae opera clauso, necnon musculis toto thorace presso, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inseri, sicque intrusum eos undequaq. dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, nenon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare. quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, uerum etiam tusim a frigida instrumẽtorum

Marginal notes: 2. partic. Prob. 2. de diaeta — 3 de tu. ual. cap 2. in lib. artis med. c.87. Li.1. fen 3. doc.2.c.2. — E — F — in symp. 2. partic. Prob. li. de med. fac. par. & libro 2. de symp. cau.

A torum reſpirationis intemperie contractam exſtingui teſtatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione anguſtos quoslibet meatus ſpiritus compreſſus penetret, cunctaque ſic adaequentur, & ad temperiem priſtinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc ſententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui ſpiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obſeſſa gerũt, quiq. expulſiones quaſcumq. corporis aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oſcitationes & pandiculationes calido flatus diſsipante huiuſmodi ſpiritus retentionem ſoluere clarum eſt. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam reſpirationem crebrarum oſcitationum eſſe remedium. In reſolutione linguae exerceri ſpiritu retento probauit Celſus, ſicut & Aetius in omni uocalis inſtrumẽti reſolutione: uim B namque expultricem excitari, atque confirmari in ſpiritus cohibitione, argumento ſunt multi, & praecipue pueri, qui ſiue plorando, ſiue ridendo, ſiue alio pacto ſpirationem contineãt, aut in ipſo actionis tempore, aut paullo poſt, modo ſtercora, modo urinas, modo muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: ſimiliter obſtetrices iſtud teſtantur, quae ad partus expulſionem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes ſpiritum continere praecipiunt. in quo tamen ipſas ſaepe errare ſcribit Aetius, quando ex nimia huiuſcemodi ſpiritus cohibitione aneuriſmata, ſiue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenzoar teſtatus eſt. Dicebat Ariſtoteles ſpiritu retento melius audire nos, quoniam reſpiratio ſtrepitum quendam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt: C quamuis Caſsius Medicus aliter ſentire uideatur. Exſtat item Plinij auctoritas, quod euerſos ſcandentesq. ac iacentes, ſi quid ingruat, contraque ictus, ſpiritum cohibere ſingularis praeſidij eſt. Si igitur a ſpiritus retentione tot commoda oriri conſtat, prudenter ſane Coelius Aurelianus ipſam aſthmaticis, ſtomachicis, atque colicis curandis egregiam opem praeſtare ſcriptum reliquit. Neque tamẽ huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipſam aliqua ex parte obeſſe credamus, quandoquidem Aſclepiades caput opplere teſtatus eſt, cuius ſententia a Galeno certe exploſa fuit. Ego uero illam prorſus non eſſe repellendam puto, quoniam manifeſto conſpicimus, dum ſpiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumeſcere, oculos amplificari, genas ac uniuerſum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia eſſe, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

Marginal notes: te trab 4. ſer 3. c 10. — 11. partic. prob. 48. — Prob. 20. — lib. 27. c. 6. — Li. chro. 3. cap. 1. & 2. — lib. 4. c. 7.

Dioclem totâ uia aberrasse pro certo teneam, dum spiritum retentum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis damnatam inuenio, quibus assentiri cogor: propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uasorum inflatione, distensioneque facillime debilia, & relaxata uasa franguntur, fractaque iterum reserantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque intestina exsilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum laborem diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus ijs peritonaeum, scrotumue disrumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, saepenumero solet euenire, & praesertim quando illi πόδα αἴρειν (quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac 6. Epid. com. 4. tex. 24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ratio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda sequantur.

lib. 1. c. 4.

Coel. lib. 2. cap. 13.

De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione & cantu. Cap. V.



VOCIS multas, sed unam praecipuam exercitationẽ effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarũt, nos uero pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, uociferationem scilicet, cantum, lectionẽ, sermonem, risum, atq. fletum. quorũ omniũ natura perspecta nihil rema-

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna cõdicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalẽ calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque, sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisque tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumẽtorum humiditates internae B consumuntur, quod euidentissime declarat densus vapor ex ore uociferantium prodiens, & superfluitates uetustiorũ humorũ unicuique meatui ad haerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur, quoniam uasa absterguntur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impassibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis hab.tum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium exsistere. quẽ admodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Au- C reliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phtisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iiij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Arctaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis, ἀναφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ κάιελιόν ἐστι, necnon etiam in coeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiã

Oribasius lib. 6. c. 8. lib. de tuẽ. san. lib. 1. c. 29. lib. 3. c. 5. lib. 1. f. 3 d. 2 cap. 2. 6 colle. cap. 2.

Alexan. 1. prob. 87.

malo

malo corporis habitui, qui a Graecis καχεξία dicitur, eandem con- D
ducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natu-
ra male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam
emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam,
& longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, par
tim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in
hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum
longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudi
ne contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumi-
ni uero occurrat, grauiores sonos inspergendo. ceterum qui ex si-
lentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uo
cis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq.
uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uo-
calia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non E
seruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namqud exercitationem a
2. de diaeta. cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliqua-
tionem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem fa-
Cap. 7. ciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uoci-
feratione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta
intelligantur, quae capitis affectionibus non est idonea, utpote né
scio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instru-
Lib. 1. chr. menta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Au
cap. 4. relianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudéter ad-
2. de cur. chro. c 6. didit (si ferre ualeat aeger.) Nam ea uociferatio, quae uehementius
In lib. de p̄ceptionib. peragitur & interdum ἀναύδησις, ab Aretaeo φωνασκίη uocatur,
li. de instr. odor. uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue λυπέειν,
haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut F
7. de cōp. me f. l c. 1. testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius
4. de locis affe. sententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratio-
ne Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehemen-
lib. 5. epis. ter concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq.
nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci
reparandae studeret, rursum uena reclusa sanguinem reddiderit.
eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui
comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est igno-
randum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferatio-
nibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praeser-
tim ijs, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim ijs
uti quisquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia
praesente: quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & euiden-
tibus

A tibus cruditatibus ſtomachus uexetur, ne ex actione inſpirationis, & exſpirationis, quae firmior, & citatior facta ſit, dum uox in magnitudinem, & multitudinē accreuit uapores corrupti largius per corpus diſtribuantur. Propterea mouebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & granibus uocibus utentem ſonum edere, quod acutae uoces capitis diſtentiones, temporum palpitationes, cerebri pulſationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt, mediocriter autem uox edita capiti prodeſt: cauendum eſt quoque ab eius uſu poſt cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Ariſtoteles, hiſtriones, choros, & huiuſce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui ſpiritus tum cibo ingeſto, tum clamore feruidus effectus inter exeundum aſperam arteriam exulcerat, ſicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum eſt, ex Plu-

[Margin: 1.cur.chr. cap.2.] [Margin: Partic.proble.11. Prob.22.] [Margin: li.d tué.va.]

B tarchi conſilio, ne quis conſcius ſibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exaſperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgioſos clamores exerceat; ſiquidem inaequales illae ſpiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulſiones inducere ſolent. Poſt uociferationem ſuccedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam conſiſtit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre poteſt, qua uociferatio deſtituitur. Nam ſcriptum eſt ab Alexandro, onera portantes, ſi cantent, minus moleſtiam ſentire, quoniam animus modulis, ac numerorum ſuauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae ſimiliter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Ariſtoteles quoque confeſ-

[Margin: libro 1. probl.76.] [Margin: 10 partic. prob.1.]

C ſus eſt) tibias & ſonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte ſuorum anguntur, & maerent, uel morbo ſollicitantur, homines congregari, uarioq. uti ſermone ſolitum ſit: quandoquidem animus, cum ſe ad uerba transferat, minus rem ſentit aduerſam. Quod intelligentes ueteres, uaria ſcenarum oblectamina ſibi excogitarunt, ut animum ſolatijs modo his, modo illis exceptum ab angore ſeiungerent. De cantu ſiue uociferatione cum harmonia adhibita ſcripſerunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praeſtare. At in morbis ipſam aliquando uſurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium muſico monitore compoſitum inſanientibus in declinatione conducere ſcripſit. refert inſuper Aulus Gellius, ſe apud Theophraſtum, ac Democritum inueniſſe uiperarum hominumque morſibus tibiarum modulos, & cantus mederi;

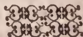
[Margin: Loco cita.] [Margin: Li 1 chro. cap.5.] [Margin: li.4.c.13.]

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae mandatum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis lenibus uel ipsi, uel tibicen (quod factitare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis frater in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Pythagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Asclepiadem mordens, qui phrenit cos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum confert, grauiorum autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremque & meatus per uniuersum corpus disseminatos aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatius legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam transpirationem. Veruntamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut cantores certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necesse sit.

In lib. de tuen. ua.

loco citato

Gal. li. 7. de cõp. med. sm loc. c. 1.



A *De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus.*
Cap. VI.



ECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas
species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem;
alteram remissiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Lib.1.c.1.
Celsus auctor elegātissimus claram nuncupare maluit,
cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutar-
chus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calo-
rem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; om- li.d tu.ual.
nes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, ne-
que concrescere, neque faecis in morem subsidere, in his conce-
ptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere
B a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum rece-
pit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, lo
cupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quo loco citato
rum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem le-
ctionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patie-
batur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. Epist. 97.
obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore diffi-
cilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus lib.1 chro.
afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper cla- cap. 1.
ra lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam
uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quandoquidem per ipsam pituitosa
excrementa suauiter attenuantur, absumunturq., & calor natiuus
citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Pli- Li 9. epist.
C nius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum reme- peault.
dium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pa-
riter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore ge-
nitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum
uociferatione procedēdo legant. Sic ad phthisicos, atque tabescentes
ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem fa- Cel.lib.2.
ciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiēdum, cap.ult.
deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fue- loco citato
rit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum tempe-
ratum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec
de intensa ac uehemētius facta lectionē, quam Celsus etiam in tus- lib.4.c.4.
si sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Cete-
rum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, ni-
si quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post
ciborum

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus D quoque non improbauit. de hac autem loquens Aristoteles scriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestātes minime, dum lectitāt, dormire, eo quia intellectū firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somniculosi euadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem succedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, attamē praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam ijs in primis accommodatur, qui praeter modum ad somnum propensi sunt, quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate sensus torpentes, quasiq. oppressos habent. tales namque a sermone perpurgantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox sensus a corpore liberentur. Pituitam porro a sermone consumi, indicant sputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a stomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta ista membra sermonis beneficio gaudere demonstrant. Iam uero sermo uim quandam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusue alijs eius affectibus sermonem interdicendum fore, sermo praeterea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a pectore reiectatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celsus, atque Galen. in sanguinis reiectionibus silentium necessario requiri uoluerunt; similiter linguam exsiccat, sitim inducit. atque F hinc sapienter Hippocrates scriptis mandauit, silere, & os continere sitim exstinguere. quam sentētiam explicans eruditissimus Plutarchus non solum sitim a silentio non generari, uerum nec tristitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum sese a loquendo continerent, tussim, ac singultum curasse memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Messium accepimus silentium sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dissolui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in accessionibus, testatum fecit Oribasius. ut nullum amplius dubium supersit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, prout is adhibetur, saepenumero animis ingerat. quae si persequi uellem, nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutarchi

[Margin notes: 18. partic. prob. 1. — Oribasius lib. 6. c. 7. — lib. 4 c. 4. 5. Meth. — 6. Epid. com. 3. — in lib. de loquacitate in fine. — lib. 27. c. 6. — loco citato]

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, haec cognoscere cupiētibus sufficere possunt. Hactenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autē duae sunt exercitationes, quae tametsi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimùm praetermissae sint, attamen ipsae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae sunt risus, & fletus. Nam risus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praesertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam infitiari possumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertissimum argumentum existit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocasse risum γέλωτα ἄσβεστον, sicuti grammatici γέλως ab. ἕλη, quae uox caliditatem significat deduci tradiderunt. B Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae sunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie desipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac tristitiam in febres, aut alios affectus delapsi sunt: de risu uerba fecisse Coelium Aurelianum existimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, post cibum commendauit; & quando similiter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuersis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praestat risus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & spiritum calidiorem emittat, ut scriptum est ab Aristotele, qui hac de caussa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit: hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere uolen- C tes alas sibi ipsis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concursus exstat, quae titillatae concalefiunt, & spiritum subinde ex calefactione genitum per uniuersum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum risum, sicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic senarius.

11. partic. probl. 13. & 15. & 35 Partic. proble. 8.

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, idest

Risus intempestiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam spirituum effusionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, secundum Aristotelis, & Alexandri sententiam, uehementem resolutionem inducit: quoniam ut talis uis, & insitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut sic ridentes sudent, ac rubeant sanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipsum, sicuti per loci appetitionem sur-

2. de repu.

loco citato libro 1. Prob. 19.

sum

ſum efferri, ſic per alimenti deſiderium ima petere neceſſe eſt: igi- D
tur utralibet mouendi ratione perempta calor inſitus interit, & uis
omnis uitalis euaneſcit. ut non abſque ratione Homerus finxerit
Odyſſ.). Procos riſu emori,

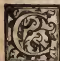
Ἀτὰρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, ideſt,
tum Proci illuſtres
Manus extollentes riſu emoriebantur:

li. 1. de pae dia Cyri. Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, riſum huiuſcemodi
mouentes, neque corporibus, neque animis prodeſſe. Porro ca-
put, ac thoracem peculiariter ab huiuſce generis riſu offendi nemo
negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum oſſa, dor-
ſumque oblaeſum animaduertimus. Fletum tametſi Ariſtoteles in
pueris laudauerit, quaſi eorum corpora flendo contracta, & con- E
2. Tuſcul. tenſa robuſtiora euadant, Ciceroq. ſcriptum reliquerit, athletas,
cum exercebantur, ingemiſcere conſueuiſſem, ut ſe intenderent ad
firmitatem; exiguum tamen uſum in tuenda bona ualetudine habe
re certo ſcimus: pueri namq. fortaſſe a ploratu minus offenduntur,
quoniam ei a primo ortu inſueſcunt, quippe qui ſtatim ac ex utero
parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius cauſſam So-
In Iſagog. cap. 17. ranus epheſius explicauit eſſe; tum quia tenuis ſpiritus a luce con-
cutitur: tum quia inſuetam terram attingant, quando mulieres in
Prob. 61. lib. 1. nauibus parientes mutum edunt. quam ſententiam ſecutus Alexan
der medicus addidit, illos minime audiendos eſſe, qui animum di-
cant, quod amiſſo caeleſti domicilio corpus inhabitare terrenum
occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum
adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nuſquam ui- F
deo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat,
loco citato praeter Ariſtotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem redde-
5. Aph. 54. 1. de tu. ſa. cap 8. re narrantem, Galenus quoque atteſtari uidetur, ubi pueros, dum
plorant, interrupto ſpiritu ob uires defatigatas reſpirare ſentit. qui
item a fletu nonnumquam febres accēdi perſpicue teſtatus eſt. quā-
tum ſubinde oculis ipſis detrimentum afferat, inde conijcere faci-
In proh. liter poſſumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (ſi Caſsio
medico credimus) defluentibus eos conſumi neceſſarium eſt. ut
Lib. 6. cap. 6 cur. ocu. ſumma cum ratione eloquentiſsimus auctor Cornelius Celſus con
tinuos fletus oculos imminuere ſcriptum reliquerit: ne ſileam
quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia inſtrumen-
ta inter flendum madefacta, exaſperataue, eam raucam efficiunt,
tuſſesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud
Coelium



A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguũ emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco similem uocis exercitationẽ dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Posidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiã si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant. Galc. 4. de pla Hip & Pl ca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.



CRICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi com
B pertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio descriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiam, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. 6. coll'ect. cap. 16. Illam itaque inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiam intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosq. imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad statum suum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atq. remissas collocandum esse omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnẽ uiolentiã laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluũ citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusque crurum sollicitari cõsueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de- Oribasius loco citato

bent; quoniam in alteris spiritus capitis commoti facillime affectio D
nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos morbos fouent, ac incredibiliter augent. Inde est, quod Aretaeus in curatione, epilepsiae solam eius uertiginis inspectionem, quam facit instrumentum illud, quod βεμβῖκα dicunt, & de quo supra sumus locuti, epilepsiam inducere monuit. Hoc fortasse exercitationis genus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna, aut parua lignea, nisi quod illud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nominans a nostro differre demonstrat, nempe quod sit debile, solisque paruis sphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus, quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum ferreum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas approximando, quod quidẽ genus dorsum ob inclinationes cõtinuas E exercet, attamen caput offendit, atque renes in quorum ulceribus ἐξαπιναίως ἐπικύψεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. admodum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Gal. exercitationes inclinato capite, dorsoue peractas nequaquam illis conuenire, qui occasione qualibet leui uertigine, epilepsia, ophthalmia, auriũ dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequẽtior est pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnastas caruisse nemo non fatetur; sed quanto magis tẽporibus nostris penes cunctas nationes ipsa inoleuit, tanto magis necessarium uidetur illius facultates declarare. Nam quod ex magnis sit exercitationibus, ac uehemẽtibus facile est & a labore, qui sustinetur in ipso, & ab eius natura conijcere; a labore, quoniã sudor, defatigatio, rubor faciei, spirationis ma- F gnitudo ut plurimum in sic sese exercentibus oboriuntur; ex natura uero eius, quia cum, & deambulatio fere continua, ac reflexa, & brachiorum iactatio, dorsiue totius obnixio quaedã adhibeantur, indubitatam fidẽ faciunt, nequaquam absq. uiolẽtia, aut magnitudine huiuscemodi exercitationẽ consistere. & iccirco probabile fit, ipsam calorẽ natiuum augere, excrementa euacuare, somnos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humoribus conferre. At caput ab eadem repleri certum est, quando Gal. hoc uitium magnis exercitationibus adscribendum esse iudicauit. Quantum porro ad particulares effectus pertinet, in hanc sententiam uenio, pilamallei exercitationẽ praecipue brachia, atq. dorsum exercere, secundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui mẽbra ista confirmare student, quique multitudinẽ ciborum perbelle confi-

libro 1. fen. 3. do. 2 cap. 2.

In lib. de offe reo. 5 de tu. ua. cap. 5.

A conficere, succos, utiles per uniuersum corpus distribuere, & super fluitatem, tam per sudorē, quam per secretam difflationē exinanire intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de caussa destruuntur, exercitationem istam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta sunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorso non admodum ualent, quique renes calidos, urinasq. acres habēt, ex talibus motibus summopere offenduntur, sicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati solent. Summatim possunt, qui sanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandum pilamalleo sese exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abstinere debent. illudq. semper memoria te-
B nere operaepretium est, quae de exercitationibus bona a nobis promittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum seruetur, quam in 4. lib. necessariam esse monstrauimus. alioqui si negligatur, mirum non fit, loco bonorū inemendabilia mala succedere: quemadmodum saepenumero in proposita exercitatione euenire certo scio, quae cum fere post prandium a plurimis agatur, nullo salubritatis loci, ac temporis habito delectu, nō sua culpa, sed exercentium in curia perniciosas affectiones, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus nostris in exercēdis corporibus obseruatam, quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atque membrorum robori consulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, & sanitatem simul deperdant, & honorem, dicēte Galeno nostro ma- 5 d tu. ual.
C gnum dedecus illis esse, qui a natura sanam corporis constitutionē sortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, atq. morbosam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorsum, alterum, quod illis euitandum est, quibus dorsum est imbecillum, sciendum erit, Galenum uoluisse, in senibus debiles partes numquam exerceri, in 5 d tu. al: alijs semper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuisse cap. 5. existimo; quoniam debilitas senum emendari non potest, cum ex uirtutis motricis defectu proficiscatur, aliorum uero reparabilis est. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas consulimus, semper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta nostra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici sequi tenentur, in hac sententia recedere uideamur.

1. de tu. ual. cap. 8. 6. Epid. com. 1. aph. 6.



Quitationem, quã Galenus aliquãdo inter ea, quae exercitationes simul, & opera nũcupat, adnumerauit, ex eiusdẽ sententia magnam exercitationẽ esse, aperte cõstat. Quo circa, quantũ sit ex se, poterit natiuũ calorẽ augere, & excrementorũ inanitioni opitulari. Est aũt nõ parua differentia, an equus (sic appello equũ, mulũ, & aliud qđ uis portãdis hominibus accõmodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an succusset; an astürco sit, ac tolutarius, an currat. De placida, & lenta equitatione scriptũ inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quã lassitudinẽ, & praesertim inguinibus afferre. de hac inquã uerba faciẽs Hippoc. memoriae prodidit, continuã equitationẽ lassitudinẽ magnã parere, hominesq. infoecũdos & coeundi impotẽtes reddere, nec nõ dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sentẽtia Hipp. dãnanda uidetur, qđ Aristoteles cõtrario plane sensu scriptũ reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniã genitalia continua attrectatione, motioneq. incalescẽtia spiritu cõcipiunt, sicq. coeũdi cupiditas inducitur: siquidẽ Hipp. de placida, & nimis frequẽti loquitur, utpote q̃ leni motu nõ ita calefaciat, & pendẽtes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, q̃ equo celeriter gradiẽte, & interdũ succussãte, sed nõ admodũ frequẽter exercetur, uerba facit, unde particula (assidue) quã latini interpretes apponũt cũ in Graeco Arist. eo dicẽ nõ inueniatur auferẽda plane erit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderũt, totũ corpus laboriose cõcutit, & magis adhuc oĩbus alijs exercitationibus. Vnde ab Alexãdro Tralliano in dolore capitis, quẽ caussa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachũ firmat. ut non immerito scriptũ sit a Plinio, equitationẽ stomacho, & coxis utilissimã reputatã fuisse. qua itẽ ratione in singultu curando ab Aetio usurpatur, sensuũ instrumẽta subinde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutam aluũ & fluentẽ, dicente Celso, coercet, crura quoq. tenuia crassefacit, quod Germanici exẽplo testatur Suetonius. Caeterũ thoraci maxime aduersatur, necnõ uesicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiuscemodi exercitationẽ uitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiam obesse scripsit Hippocrates, quamquã in hac re uarias auctorũ posteriorum extare sententias reperio. Themison Methodicorum princeps

Oribasius lib. 6. c. 14 Aet lib. 3. cap 7.

Prob. 12. lib de aere, aqu & loc. cap. 14. 4 Sect. probl 12.

locis cita.

lib 27. c. 7.

Lib 9. c. 3. Aet. lib. 11. cap 30 loco citato

A princeps in coxendicum dolore, ἰσχιάδος nomine a graecis appellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiã motus partium faceret uexationem: post ipsum idem cõfirmauit Theodorus Priscianus, &, quem modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita insectatus est, tamquam ueram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehementer coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Coel. lib. 5. cap. 1 li. 2. ad Timo. c. 11. Libro 4. cap. ult.

B to. Equitatio peracta succussante equo praedictis duabus proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus moleste quasset, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret:

Pedetentim ite, & sedato nisu ne succussu
arripiat maior dolor. Cic. 2. Tusc.

Quo item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu. Nonius Marc.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi.

Ad haec succussationẽ uehementer caput offendere, collũ & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquãdo in hunc modũ equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id. n. fatetur Gale.) agitare apta sit, proculdubio nunc proposita talis est, a qua nõ solũ interiora omnia cõcuti, uerum etiã suspendi, quasiq. 2. de tu. ual. cap. 11.

C arripi uidentur. illud unũ habere iuuamen potest, ut cibis, atq. crudis humoribus cõcoquẽdis, aluoq ciendae, ac urinae proliciẽdae, necnon a renum (quod Auicẽnae placuit) loco lapillis atq arenulis ad inferiora deducẽdis adiuuare queat. Sed, quoniã maioribus damnis cõmoda haec cõpensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant cõsulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantũ, aut trainã uocant Itali, & de qua ita Martiã. li. 4 fen. 19 tra. 1. c. ult.

Hic breuis ad numerum rapides qui colligit ungues Lib. 14.
Venit ab auriferis gentibus astur equus.)

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurũ explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus ca- D
dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia sae-
pe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex ca
su emori: sed praeter hanc multae exstant caussae aliae, ob quas a sa
nitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari de-
bet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atq;
extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Au-
reliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non pa-
rum offendit: quandoquidem Aristot. caussam indagans, cur, qui
equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere
lacrymas solent; significat ideo illud euenire, uel quoniam motus
calefaciēs ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet,
uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occursans
tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitatur. laedit E
praeterea haec equitatio tam thoracem, & pulmonem, quam uisce-
ra uniuersa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur,
fidem facere possunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis,
alij ulceribus modo renum, modo uesicae, modo peritonaei usque
adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectio-
nibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot ossium fra
cturae, quot membrorum distorsiones saepenumero inde nascan-
tur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant.
Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua
obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualetudinē,
uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non inge-
nuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum
hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut opta- F
tius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Hactonus de equi-
tationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum con-
ferre scripserunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui me-
dicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit So-
ranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur,
uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galenus.
Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio
parum male ualentibus usui esse mea sententia potest, nam, ut mol-
lissime ueharis, tamen lassitudo inguinum, lumborumque & du-
ra suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis corpus
sustentare, perarduum est, ne dicam impossibile. accedit & ma-
la, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatius feraris. Va
lentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stoma-

chum

[Margin notes: In lib. de paruae pilae ludo. — 2. de diaeta. — lib. 5. c. ul. — Sect. prob. 13. — locis citat. — In Isagog. cap. 23. — 6. epid. com. 3. aph. 2.]

A chum firmando: sensus expurgando, acuendoque, sed pectus, atque pedes debilitat.

De gestationum in uniuersum viribus Cap. IX.



NTEQVAM gestationum sermonē aggrediamur, illud prius adnotandū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus; sed nequaquam horum opinionem sequi uoluisse; tum quia Cornelius Cel. antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quasi alienam à gestatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuisse lib. 5. ca. 6. lib. 2. c. 15.
B conijcitur ex Antyllo; tum quia expresse Gal. gestationem, & equitationem diuersas esse declarauit in 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinseco, ut gestationes: alias mixtas esse, qualis equitatio est; tum quia, si gestatio, ut definiunt omnes auctores, mixta est ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerso autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atque Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis αἰώρα uocatam, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus: at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehen-
G sis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, saepenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorū sententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus gestationibus existunt, non autem de communiter acceptis interpretandae semper erunt. Est igitur gestatio secundum Antylli, Aetij, atq. Auic. sententiam, inter placidissimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solum sanis, & ualetudinarijs, uerum etiā longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accōmodatae sunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celsus Asclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum locis. cita loco citato

comprobasse, quod profecto periculose efficitur, meliusq. quiete D eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualetudinarijs gestatio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem naturalem augere, materiae multitudinē discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiem dissoluere, corporis turbationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, & contra etiā ueternosis, ac dissolutis reditum ad se, uigiliasq. parare. nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum delabuntur, per halitū digerendo, quae nimirum partes sunt uigiliarum praecipuae caussae: sed uigilias postea inducit corporis tenorem ad se reuocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epist. LVI. uideatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui ualetudine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gestatione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit E

loco citato Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, sed in remißione eius. Nihilominus, citra multas obseruationes, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inscripsit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quasi ex cōtagione quadam aliquando perijsse, refert Silimachus Hippo. sectator) commendauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthmate, in stomachicis, in elephantiasi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uoluit in melancholia, in antrophia, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. Iisdem exercitationibus in illis, qui ualde exsiccati F

7. Meth. sunt, atque refectione opus habent, Galenum usum, aliquando legitur. Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem laudauit. ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu necessarias fore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus.

lib. 1. cur. chron c. 7. Non est tamen ignorandum, magnopere referre, quonam in loco, quis gestationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonstrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atque thymum efficitur.

A *De gestationum in vehiculo, lectica, atque sella particularibus viribus.. Cap. X.*



XPLICATIS ijs quae ab auctoribus de gestationũ facultatibus in uniuersum tradita fuerũt, iam ad particulares descendere opportunũ est, si prius illud in memoriã reuocauerimus, scriptores.f.medicinae, qñ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̃ nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter accõmodari nõ posit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdũ oẽs, sed in remissionibus morborũ, interdũ placidiores significare. Vehiculorũ multa fuere apud maiores nostros genera, quorũ luxuria usq. adeo interdũ Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar- li.34. c.27.
B gẽtea facere nõ sint ueriti. sed hoc praeter institutũ nostrũ est. Nã, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus, mulis.f. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationẽ uehiculo factã q̃uis ceteris acriorẽ esse dixerit Celsus, nihilominus, secundũ Galeni sen- lib. 2.c.15.
tentiã, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sa- 2 d tu.ual. c.11.
nis, nisi aliter exerceri impediãtur, minime omniũ cõueniat. Vale- 5.d tu.ual.
tudinarijs, atq. senibus magis, queadmodũ Antiochũ sese exercuisse, & Caeciliũ Pliniũ accepimus: maxime uero aegrotãtibus, de quibus sermonẽ faciens Antyllus dixit, gestationẽ in uehiculo factam uim quandã amoliendi, cõmouendiq. morbos stabiles, & permanẽtes habere. Qua propter Seneca epist. LVI. ad bilẽ faucibus infixã discutiendã, & ad spiritus densitatẽ extenuandã sibi mirifice profuisse
C scribit, qui, ꝙ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nõ raro usq. ad expirationis periculũ exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbũ utebatur. Haec inquam exercitatio du- lib. 3. c.6.
plex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendũ esse. unde sapienter Coelius Aurel. lib. 1. c. 1.
iudicauit, capitis dolore uexatos per longã uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nõ sine ratione in furore, atq. paralysi curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, ꝙ motus rotarũ uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae passionis imaginẽ ferat. licet.n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui 5.de tu.ua.
ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnõ in hemi- cap.3.

cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: D attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere retrorsum desidere in curru mandauit: multos subiungens se nouisse hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde secutus Auicenna addidit, huiuscemodi uectationem retrouersa facie peractam uisus debilitati, eiusq. obfuscationi magnũ iuuamentũ conferre. Hanc mitiorẽ in aluo fluente cõmendauit Celsus: quam ualetudinarijs quoq., & senibus Ausonium Gallum poetam, & Ausonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quãdo amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Cisio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

Loco citato.

Pelle soporiferi senium, nubemq. veterni,
Atque alacri mediam carpe vigore viam,
Sed Cisium, aut pigrum cautus conscende Veredum,
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita vites,
Nec celeres mulas ipse metiscus agas.

E

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefacientem, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine a Coelio cõmendatam inuenio: quam itẽ ab ipso pro atrophiae curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito perculsis ueluti optimũ praesidium usurpatã fuisse, constat. In lectica gestatio facta ut praedicta aliquanto remissior atq. blãdior exsistit, sic quoq. plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse legitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id factum credo: non ut simili exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, sed potius, quia a senectute, siue alia caussa (ueluti Alexander ob cruris uulnus in militari expeditione lectica usus traditur) cogebãtur, uel ut a puluere, sole, uentorum flatibus, pluuia, grandine, ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedictis causis homines sani urgebantur, ut a lectica abstineant, consulo: quoniam, praeter agitationem illam, quae plurimorum capita uexare cõsueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verum enim uero hac particulari cõmoditate non mihi uidetur priuanda lecticae gestatio, q sani uiri ea possunt uti post cibos, nõ ad exercenda corpora, sed ad obeũda negotia necessaria, citra motus damnum, aut solatij, & exhila-

li.4. c. ult. loco citato

F

Q. Curtius

randi

randi animi gratia: quẽadmodũ factitaſſe Auguſtum, quando a caena ſe ĩ lecticulã lucubratoriã recipiebat, auctor eſt Suetonius. Quãtum autẽ ad exercitanda languentium corpora ſpectat, duplex fuit illius apud medicos gymnaſtas uſus, aut geſtatis ſedentibus, aut decumbẽtibus. Decumbẽtes in lectica geſtantur, ut Antyllus, Aetius, & Auicẽna memoriae mandarunt, qui lethargica febri, aut ſemitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexantur, hydropici, ſecundum Tralliani ſententiam, apopletici, reſoluti, nephritici, ac podagrici. ſiquidẽ haec cõmotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam expulſioni aptam efficit. prodeſt ſubinde talis geſtatio ijs, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elleborũ ſumpſerunt: itemq. uigilantib. aut ſegnitie, & pigritia quadã oppreſsis, necnon ijs, quibus caninum in modũ appetitus intentus B eſt, nimirum cum intẽtio illa ſedetur. Ceterum ſedẽtes ij lectica, ſecundum Aetiũ, portari debent, qui in integra febriũ declinatione cõſiſtunt. eadẽ ratione, & illi, q alias exercitationes obire nequeũt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti ſunt, qui, cum adhuc imbecilles ſint, uires reficere cupiunt, qui tarde alimentũ cõficiunt. Ex quo prudẽter ſatis Cornelius Cel. ubi phtiſici nauigare nequeunt, lectica eorũ corpora dimouẽda conſuluit: quemadmodũ Alexander Trallianus, ſi quid aliud huiuſcemodi geſtationes & naui, & lectica factas, hydropicos iuuare ſcripſit. In ſella, quã ſcamnum uocare maluit eloquẽtiſsimus Celſus, geſtatio facta, tametſi apud auctores ſaepenumero cũ lectica cõfuſa, atq. eadẽ inueniatur, nihilominus in duobus ab illa diuerſam exſtitiſſe puto: primo, quia lectiC ca duorũ hominum capax erat, ſicuti innuit Suetonius, vbi Neronẽ cum matre in lectica quandoq. uehi ſolitum ſcribit. quod minime de ſella (ni fallor) legitur. ſecundo, q a lectica interdũ ſex ſeruis, interdũ octo, interdum plurib. geſtabatur. ſellã autẽ tamquã breuiorem, & unius dumtaxat capacẽ a paucioribus geſtatã, uerisimile uidetur. Neq. n. ullam inter ſe maiorẽ differentiam tẽporib. noſtris ſella cooperta, & lectica obtinuerunt, q̃ q altera à duob. ſeruis ut plurimum geſtatur, uniusq. dũtaxat capax eſt, altera a iumentis portatur, & duos continere ualet. In ſella ſani geſtabãtur, deliciarũ potius, & maieſtatis oſtentandae, quam ualetudinis gratia: quamquã Pliniũ ea Romae uectũ, ut etiã inter eundum ſtudijs uacaret, ipſius Nepos tradit. Celſus hanc ſcellarẽ, & ſimul lecticarẽ geſtationẽ nauigatione in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat huiuſcemodi geſtatio, tũ in ſella cooperta, tum in aperta, tũ ſedendo, tum iacendo. Aegrotantes ſine febre in ſella detecta potius, quã

tecta

[Margin notes: locis citat. — lib.9.c.5. — lib.2.c.15 — lib.epiſt.3.]

recta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur ia- D
centes febricitantes, atq. ex ijs lethargici potius, & quos cataphora urget. quod si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iactentur, modo uires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phtisicis cōsuluit, quandoquidē gestatio, minus mouens corpora, quandoq. febrem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatē perueniunt, uel quorum longa admodū remissio est, uel qui febribus tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralysi a Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis passionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus gestationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc saeuiente, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acerbiora, & periculosiora consequuntur: quoniam motus, ut dissipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusq. & humores nondum quietos, & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendum est, ne crescentibus crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quaeuis exercitatio administretur, sed in maturis solummodo, frigidis, atque illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur. E

Lib. 2. chr. cap. ult. Oribasius loco citato.

De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus. *Cap. XI.*



QVI primus lectulos pēsiles excogitauit Asclepiades, duabus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est; tum ut blādo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiā, vt morbos extenuaret. quibus rationibus adducti posteriores in curandis aegris eorum usum frequentiorem reddiderunt; quamquā grauis auctor Cornelius Cel. exercitationē hanc tantūmodo administrandā aliquādo iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cū aeger resurgit, ipsum lecti motu cōcutiendū praecepisse inueniatur. Verum.n. uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiā si nil aliud deficiat, pro multis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uoluerunt, quinimmo (quod paucis cōceditur) hanc gestatiouē tam ante cibū, quā a cibo prodesse dixit Antyllus. nā primo febricitantes, aut diuturno morbo decūbētes, in quo corpora cōsumpta sese erigere F

Loco citato.

non

A non ita ualēt, aut Elleborū sumētes a tali gestatione utilitatē recipe Actius lib.
re iudicatū est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recollige- 3. cap. 6.
re incipiūt, necnō in lethargicis, & in appetētia ciborū deiecta can-
dē prodesse experimētis inuentū fuit. neq. desuerūt qui ipsam in fu
riosis, ac phtisicis laudauerint. Quemadmodū, & Aetius, & Priscia-
nus Theodorus phreniticis adhibendā cēsuerunt, quo blāda illa agi loco citato
tatione spirituū perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex ge lib. 2. ad
nere pēsilis lecti scympodiū quoq. esse, mōstrauimus: & iccirco ubi Timo. c. 2.
a Coelio, atq. alijs gestationes ī pēsili lecto probatas uiderimus, idē
& de hac intelligere poterimus. Lectulo pēsili non dissimilē aliā le
cto factā gestationis speciē inuenio, quā primus (quod ego sciam)
inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestatio- lib. 3. c. 12.
ni dicatis instrumētis uoluit uni pedi lecti funiculū esse subiicien-
B dū, atq. ita lectū huc, & illuc manu impellendū. id quod etiā Ami-
daenū Aetium significare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas loco citato
esse lecti gestationes, aut pēsiles, aut fulcra mobilia iuxta angulares
pedes habentis. Hoc equidē illuc exercitationis genus existimo, qđ
ab Auic. sub cunarū reuolutione descriptū fuit, atq. idē nomen usq. lib. 1. fen 3.
ad tēpora nostra retinuit: etsi. n. ab ipso inter debiles exercitationes doct. 2. c. 2.
recēseatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sentētia, nō sanis 1. de tu. ua.
aut infirmis exercitādis aptū uideatur: nihilominus ijs cōuenire cre
ditur, quos febres debilitarunt, sicut etiā illi, qui nec dū se mouere,
neq. sedere ualēt, quiq. ab hellebori potione ualde ꝓstrati fuerūt,
aut secundū Celsum alicuius mēbri resolutionē patiūtur. quin, si ta
lis gestatio suauiter administretur, ꝑter somni iucūditatē q̄ affert, fla
tus quoq. dissoluit, reliquijs morborū capitis, ueluti stupori, & obli
C uioni prorsus exstinguēdis cōducit, appetitū mouet, & naturā sopi-
tā exsuscitat. Auic. 1. 4. trac. 2. c. 13. ad cōpescēdum nimiū sudorē pci
pit, ut aegri ponātur super illud instrumētū, quo pueri, uel iuuenes
solēt in aere concuti, atq. ita in aere frigido cōcuti quo quidē puto
esse genus illud instrumēti, cuius facta est mētio supra li. 3. sub Oscel
larū nomine. Inter gestationū species ultimo loco posuerunt fere
oēs nauigationē, q̄ ceterarū omniū lenissimā fecit Corn. Cel. sed & loco citato
huius quāplurima inueniūtur discrimina: siquidē nō parū interest,
an quis in stagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari,
an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Naui-
gatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate
postponitur: quoniā ut plurimū ex aquis stagnantibus, nisi sint ma-
ris alicuius instar, putridi uapores eleuātur, qui aerē inficiētes naui-
gationē magis suspectā reddunt, ut non immerito scriptum sit ab

Arist.

14 partic. problem. 11 & 12. Arist. palustria loca incolentes sub pallidos, ac somnolentiores esse. Deinde. minus noxia exsistit in fluminibus nauigatio, nempe quae auctore Plutarcho timoribus carens nauseam ullo pacto non commoueat, ut rutamen tam haec, quam illa, quae exercetur in stagnis, in capite male affecto incongruae a Coel. Aurel. iudicantur, quod humectantes caput terrena exhalatione infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praestatior creditur, quoniam mari semper uapores sicci, & calidi educuntur, qui latenter, ac sensim nauigantium corpora recludunt, necnon salsae proprietatis caussa excrementa absumunt, atq. hominum habitus quadam facili mutatione reficiunt, & iccirco huiuscemodi exercitatio in cunctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis probatur, & priuatim a Celso in tussi omni, a Coelio ac Aretaeo in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in sanguinis sputo, in pthisi, in icteritia, in hydropisi a Tralliano in frigida uentriculi intemperie commendatur. In phtisi namq. praestantissimum remedium nauigationem semper a Maioribus habitam fuisse, testatus fuit Plinius, qui hac ratione phtisicos Aegyptum petere consueuisse refert, quo cum Annaeus Gallio post consulatum iam fere phtisicus, & Zosimus Plinij nepotis libertus sanguinis reiectatione laborans profecti essent, ad sanitatem restituti fuerunt: quamquam barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine falso inscriptus in 1. de re medica lib. dicat phtisicis magis conferre in saltibus, ubi pix nascitur, habitare, quam in mari nauigare. Porro ex maritimis nauigationibus lenissimam dixit Celsus eam, quae in portu efficitur, quam tamen in capitis affectionibus una cum fluuiali, & stagnali improbauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauigatio iucundissima habetur, de qua celebratum hoc prouerbium narrat Plutar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν ἥδιστος. i. nauigatio iuxta terram, ambulatio uero iuxta mare iucundissima. haec ex communi Auicenae, atq. Aetij sententia praecipue prodest hydropisi, elephantiasi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus ac inflationibus: atrophiae quoq. secundum Coelium non paruum auxilium praestat: quamuis. n. a principio stomachum subuertat, paullo post tamen assuefaciens illum sedat, quinimmo, ut dicebat Plinius, uomitiones illae instabili uolutatione commotae plurimis morbis capitis, oculorum, pectoris, & deniq. omnibus, propter quae bibitur elleborum, medentur. Verum gestatio in alto mari peracta reliquarum uehementissima exsistit, & mutationes plurimas, atq. maximas facit, nimirum, cum animus mixtos affectus habeat, & tristitia, & spe, timore, atq. periculo: modo gaudentibus, & laetis, modo in angustijs, & periculis uersantibus nauigantibus, quae simul omnia magnam uim habent, ut quoq. Plutar. cognouit,

Margin notes: In probl. nat. — lib. 1. c. 1. — Lib 28. c. 4. — lib 31 c. 6. — epist. lib. 5 cap. 61. — 1. Sympo. — lib. 37. c. 6. — lib. de cau. nat.

A cognouit, ingentes uomitus cōcitandi, ac cōsequenter omnē ueterē morbum profligandi: & proinde iure dixit Auic. nauigationē hanc ad exstinguēdas praedictas aegritudines efficaciorem esse. quin & mixtio illa motus, & quietis, qua praedita est, si quid aliud, probe corpus nutrire idonea est. Quae tranquillo mari peragitur in naui gestatio non admodū (dicebat Antyllus) magnam turbationē, neq. cōcussionē affert: ex quo fit, ut ferme accōmodata sit ijs, quibus etiā gestatio in curribus conuenit: nisi quod hoc magis habet, quod in purgato aere, ubi non humidi uapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Caeterū quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitū ciet, & iccirco quantum fieri potest, in omnibus fugiēda est, cū motus acutissimos, dum nauis a uēto impellitur, uehemētissimos, & neutiquam cessantes, sicq. corpori intētissimos habeat. Oribasius lib. 6. c. 23.

B Non silendum, in nephriticis nauigationem, omnemq. maritimam uitam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσσῃ βιοτή, ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστιν ἄκεα. idest, Et nauigatio, & uita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.

De natationis, & piscationis effectibus. Cap. XII.



NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnastas exstitisse, maximeq. omniū ab antiquis in existimatione habitā fuisse, quod homines e periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audendū fortiores, & animosiores redderet, iā satis mōstrauimus: ideo uires eius perquirere solū restat. Nā uarias hanc quoq. differētias habuisse reperio: siquidē aut natatio fiebat in aquis spōte nascētib. aut C in alijs: & si in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis: si in dulcibus, aut fluuijs aut lacubus, aut stagnis: atq. hae oēs uel in calidis, uel in frigidis. Natationē in aquis spōte nascētibus, quas oēs calidas esse, & Aristot. auctoritas & ratio, & experiētia demōstrant, peractā improbauit Antyllus, tamquam impleat, eam tamē in paralyticis curādis adiumentū praestare, credidit Coel. Aur. ita. s. administratam, ut patiētibus partibus inflatae uesicae adiungātur, quo natādi laborē minuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia est maritima male affectis inefficacior. quamobrē uitanda plerūq. est: quia. si in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cū propter frigus, tū propter humiditatē laedētur: ex factis tamen in dulcib. aquis natationib. fluuiales minores sanis corporib. noxas inferūt, potissimūq; ad inducendū somnū ab Horatio Flacco cōmendantur, ubi scribit, lib. 3. c. 14. 24. partic. Prob. lib. 6. c. 27. lib. 2. c. 1. & li. 5 c. 2.

...ter uncti... lib. 2. serm.

Saty.1. *Trans nanto Tiberim, somno quibus est opus alto.* D
perniciosissime uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniā uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nō solum caput, uerū etiam uniuersum corpus contaminát. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laesione si asidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. elephātiasim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accōmodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum nō sentiunt. & ideo non immerito Coel. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cacheсticis ex usu esse scriptum reliquit. ue rūtamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atq. etiā in epilepsia laudauerit: cum Antyllus nō solum marinam natationem, sed qualēcumq. aliā capiti nocere tradiderit. quód similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natātium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nō esse duco, quod magnus phi E
13. partic. Prob. 12. losophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quā in fluuijs natari: propterea ꝙ qui natat, sedulo aquae adnitendo natat. adniti autem ad id firmius possumus, quod corpulentius est: unde cum aqua marina fluuiali fit corpulentior, crasior, & ad renitendū ualidior, magis natātes adnitētes sibi sustinet. Est praeterea de quacūq. natatione animaduertēdū, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solū aestate adhibenda erit natatio, quando gracilē reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominēq. tandē iniuriae minus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum F
lib. 31. c. 6. corpora, & quadrupedum natādo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita est. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cōmendata, ab Aetio ex mente Gal. in ijs, qui cutem corporis densitā habent. at ab ea caput offendi, uires quodā pacto eneruari, nemo negaret: q̄ alio etiā non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resoluere. Frigida ꝙ intus calorē natiuum repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citā cōcoctionem



A nem praestat: exuberãtes humores dissipat,& intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiã ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus ea ratione motus qua Hippoc. frigidã tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut,& Celsus pro regio morbo laborantib. in aestate, & Herodotus apud Aetiũ ad euitandũ aestum frigidam natationẽ commendauit. experientia tamen constat, si quis ea frequẽter utatur neruos laedi,& interdum surditatẽ contrahi, quod Agathinus apud Oribasiũ cõfessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis nationibus, quae ad gymnasticam quidẽ medicam pertinebant, sed minime semper in gymnasijs exercebãtur. illae uero, quas in gymnasijs ipsis fieri cõsueuisse in 3. lib. probauimus, siue in piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines secundũ opinionẽ nostrã habuerunt, alterũ ut motu illo blãdo, cap. 14.

B quo natãtes agitãtur, aqua magis corpora permearet, sicq. mẽbra copiosius humectarentur: alterũ ut maiore uoluptate in mouẽdo sese fruerẽtur: quandoquidẽ aqua mota,& praesertim balneorũ suaui illa attrectatione singularẽ quandam delectationẽ affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sententia nec animo, nec corpori prodesse,& proin de ab illo optari, ne iuuenes huic incumbant, pauca uerba faciam, tũ quia fere sub nauigationẽ reducitur, ut eadẽ repetere nõ sit opus: tũ quia a medicis prope nullis eam in usu habitã esse cõstat: nisi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes adnumerauit, quando quis in nauicula piscatoria moueatur,& ob hoc piscationẽ nullam calorẽ natiuũ augere credendũ est, cum & Arist. scripserit, piscatores marinos, ideo ruso colore existere quoniam intus frigent, extra ue o quasi adurũtur: habent.n. qui in mari piscan- 7. de legib. i sophista lib. 3. c. 13. loco citato Sect. 38. prob. 2.

C tur hanc praecipuam cõmoditatẽ, ꝙ eorũ corpora ualde exiccãtur, & propterea minime omniũ corruptionibus subiiciũtur: quin si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cõsumiturq. ut magna cũ ratione scripserit Gal. piscatorũ habitus duros, ac siccos esse, eorumue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita forẽt. Quod uero scripsit Suet. Augustũ interdũ hamo piscari cõsueuisse, id potius animi laxãdi causa, quã ualetudinis gratia ab eo agebatur. 1. de simpl. med. 6. de comp. med. C. l. In uita Augusti. c. 83.

De venationis conditionibus. Cap. XIII.



ENATIONIS exercitationẽ cõparãs ludo paruae pilae Gal. illud solũ inter ipsas discrimen posuisse uidetur, ꝙ alter modico apparatu indigeret, & ob id cuius exercitatu facilis esset: altera uero pluribus instrumentis opus haberet, neq. ab omnib. sed ab ingenuis dũtaxat, atq. diuitibus exer- libro 2. de paruae pilae ludo.

ceri poſſet. hoc autē licet Galeni forſan tēpeſtate,atq. etiā in aliqua D
uenationis ſpecie tēporibus noſtris uerū foret, nihilominus in maiore eius parte ſecus rem ſeſe habere compertū eſt, quādo ſaepenumero uno,uel duobus canib. aut paullo plurib. inſtrumentis ruſticos,atq. pauperes uenādi exercitationē frequētare conſpicimus. ut hac ratione ipſa minores laudes pilae ludo non mercatur,neq. paucioríb. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cū.n.Gal.

2.d tu.ual. cap.8.

uenationē inter ea, quae ipſe exercitationes & opera nuncupauit, recenſuerit: cumq. illius perſpecta natura manifeſte monſtret,non abſq. uehementia,magnitudine,atq. celeritate ipſam effici,nimirū in qua multae aliae exercitationes,curſus uidelicet, ambulationes, ſaltus,iaculatio,uociſeratio,& aliae neceſſario requirantur, rationi conſequens eſt eam his facultatib. praeditā eſſe,ꝙ corpora uehemēter calefaciat,excrementa diſſipet,carnes,& ſuccos exuberantes minuat,ſomnos profundos generet,& proinde concoquēdis cibis,crudisue humorib.magnopere conferat:quodq. ait Xenophon,auditū ac uiſum acuat,ſimulq. ſenectutē retardet.ob quas egregias facultates illud eſſe uerum exiſtimare debemus, ꝙ Razes Arabs auctor grauiſsimus ex Gal.ſententia memoriae mandauit, uidelicet in quadam peſte cōtigiſſe,ut omnes fere perierint, & ſoli uenatores ob aſsiduā exercitationē incolumes euaſerint. Ceterum quod uehementibus exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi labor carere uidetur, ut ſcilicet caput offendendi ui polleat maxime, ſi importune efficiatur,quemadmodum in 4.de acutorū uictu apud illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenationis ſpecierum qualitates attinet, de duabus ſolū uerba faciam, tamquam in his ſolis tota uenandi ad ſanitatē,aut aegritudinē pertinēs F
ſacultas conſiſtat:illae ſunt,equeſtris,ac pedeſtris:nam ſciūt omnes, quālibet uenationē,ſiue canibus,ſiue retib. ſiue auib. ſiue arcubus, ſiue alijs inſtrumentis exerceatur, ab hominibus agi,qui aut pedib. proprijs eant, aut equis inſideant. Equeſtrem igitur(ita liceat mihi appellare) uenationē exercētes,cum modo currentib. equis, modo gradientib. agantur,modo uociferare,modo quieſcere cogātur,omnib. partib. laborare uidētur,& iccirco multi hac exercitatione credidcrunt corroborari pectus,ſtomachum,inteſtina,dorſum, atque crura:ego uero eam euitare illis praecipio,quibus caput faciliter offenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculū imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile, aut ulla herniae ſuſpicio eſt, & quibus tandem uniuerſus corporis habitus calorē pluſquam mediocrē obtinuit ſiquidē multos uidere

In 5.cōtin. trac.13 c.1
Lib. de pu. epil. com.115.

licet

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam similes morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudēter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus uelociter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce uersibus. Lib. 12.

Parcius vtaris moneo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam violentus eas.
Saepe satisfecit praedae venator, & acri
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
B *Tutior est virtus, insidiemur apris.*
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.

Porro uenatio pedestris eadem fere cōmoda, & incōmoda in equestri reperta continet, nisi q̄, dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos, coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Seneca in tragoed. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respōdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, q̄ uehementior exsistat, senibus, aut debilibus accōmodata C inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quiq. optime ualeāt. ut non absq. iudicio summo Cornel. Lib 1.c.1. Cel. dixerit, sanum hominē, & beneualentē modo nauigare, modo uenari debere. epist.lib.5. quod si Plinius nepos sanitatē suam uenationi, quā ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligēter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secūdum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullū & casu quodam, ut plerūq. fit, uenationi operā nauēt. Quicūq. enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem

aliquam

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D poſſunt, quibus ceteri caſu ſeſe exercentes ſubiiciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in ſe habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuiſſe apparet, ut ſcilicet totum fere diẽ non raro ſibi requirat. unde aut uenatores inter exercendum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil pernicioſius eſſe poteſt; aut tota die ieiunant, quod tametſi fortaſſe minus offendat, neque tamen ipſum noxa penitus caret, quando praeter conſuetudinem illud efficitur, necnon poſtea uſque adeo prae fame exſaturantur, ut uentriculum concoquendo mirum in modum fatigent, ſicque & cruditates, & alia innumera mala ſubeant.

Artis Gymnaſticae finis.

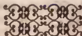


HIERONYMI MERCVRIALIS sex artis Gymnasticę librorum elenchus, quorum primus liber continet.

V Con-

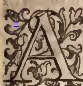
LIBER QVINTVS.

LIBER SEXTVS.



INDEX LOCVPLETISSIMVS RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE continentur.

A



Cibus

Currus

Dropax

Exerci-

I

Lieuosos,

Medicus

N

di

Solon

T

V.

Verti-

FINIS.

REGISTRVM.

✠ A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X.

Omnes sunt quaterniones præter ✠ & X qui sunt terniones, & D quinternionem.



VENETIIS, APVD IVNTAS.
M D LXXXVII.


Österreichische Nationalbibliothek
+Z178188206









